



Утверждаю
Директор МОУ СОШ №1 г. Белинского Пензенской области
им. В.Г.Белинского

Котелкина С.Ю..

МЕНЮ

МОУ СОШ №1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 12 марта 2026 года.

на 12 марта 2020 года.											
Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ								Цена
			7-11 лет								
			белки	жиры	углеводы	Ккал					
4 день											
Завтра											
Каша молочная вязкая манная с маслом и сахаром.	168	1/210	4,52	4,07	35,46	197,00				17	
Сыр порционный	42	1\20	3,48	4,43	0,00	54,60				15,92	
Чай с лимоном	868	1/200	4,51	1,14	7,71	114,66				3,44	
Хлеб пшеничный	8	1\40	2,40	0,80	16,70	85,70				4	
Всего:			14,91	10,44	59,87	451,96				40,36	
Обед											
Салат из свежих огурцов	13	1\60	0,46	3,65	1,43	40,38				15,92	
Суп лапша -с курицей	108	1/250	10,00	7,30	15,82	170,00				19,79	
Тефтели мясные	462	1\100	10,42	15,23	12,08	201,60				48,71	
Гречка рассыпчатая с маслом	679	1\150	7,46	5,61	35,84	230,45				11,31	
Компот из смеси сухофруктов.	868	1/200	0,04	0,00	24,76	94,20				7,51	
Хлеб пшеничный	8	1\30	1,80	0,6	12,52	64,27				4,52	
Хлеб ржаной	7	1\20	1,30	0,24	0,52	36,20				4,18	
Всего:			31,48	32,03	102,45	837,10				111,94	
Полдник											
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00				2,10	
Масло сливочное	41	1\10	0,00	8,20	0,10	75,00				7,96	
Хлеб пшеничный	8	1\40	2,40	0,80	16,70	85,70				3,04	
			2,60	9,00	30,80	188,70				13,10	
Итого за день			34,08	41,03	133,25	1025,80					
Повар			Завхоз				Мед. сестра				