



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 13 марта 2026 года.

5

на 15 марта 2020 года.											
Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ								Цена
			7-11 лет								
			белки	жиры	углеводы	Ккал					
5 день											
Макаронные изделия с тертым сыром	202	1\200	1,52	0,16	5,36	28,80					31,4
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00					2,1
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					4
Всего:			4,12	9,16	36,16	217,50					45,46
Обед											
Винегрет овощной	45	1\60	0,82	3,71	5,06	56,88					4,58
Суп крест.с кур. мяс.	201	1\250	5,99	7,54	15,53	148,28					11,28
Гуляш из куриной грудки	591	1\100	23,80	19,52	5,74	203,00					62,63
Рис отварной	304	1\150	8,73	14,61	75,00	447,70					14,57
Компот из свежих плодов	859	1\200	0,20	0,20	22,30	110,00					10,18
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:			42,64	45,82	136,15	1066,33					111,94
Полдник											
Компот из свеж.плодов	859	1\200	0,20	0,20	22,30	110,00					7,37
Вафли		1\100	5,00	28,00	64,00	530,00					24,6
Всего:			5,20	28,20	86,30	640,00					31,97
Итого за день			51,96	83,18	258,61	1923,83					
Повар			Завхоз				Мед. сестра				