



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 9 марта 2026 года.

на 9 марта 2020 года.				содержание основных питательных веществ								Цена
Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	выход 11-18	7-11 лет				12-18 лет				
				белки	жиры	углеводы	Ккал	белки	жиры	углеводы	Ккал	
1 день												
завтрак												
Каша гречневая рассыпчатая со слив.мас.	679	1\150		7,46	5,61	35,84	230,45					9,95
Сыр порционный	42	1\30		4,64	5,90	0,00	72,80					19,95
Чай с сахаром	943	1\200		0,20	0,00	14,00	28,00					2,1
Хлеб пшеничный	8	1\40		2,40	0,80	16,70	85,70					4
Всего:				14,70	12,31	66,54	416,95					36,00
обед												
Салат из свежих помидоров и огурцов	15	1\60		0,59	3,69	2,24	44,52					12,12
Суп гороховый с куриным мясом.	138	1\250		5,14	5,45	26,91	413,70					24,39
Биточки	608	1\100		15,55	11,55	15,70	228,75					47,79
Макароны отварные со слив.мас.	688	1\150		5,10	7,50	28,50	202,50					11,37
Компот из смеси сухофруктов	868	1\200		0,04	0,00	24,76	94,20					7,57
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:				29,52	28,43	110,63	1084,14					111,94
полдник												
Сок фруктовый	389	1\200		1,00	0,00	20,20	84,80					22
Пряник		1\100		5,50	6,00	75,00	380,00					16,5
Всего:				6,50	6,00	95,20	464,80	0,00	0,00	0,00	0,00	38,5
Итого за день				50,72	46,74	272,37	1965,89	0,00	0,00	0,00	0,00	
Повар				Завхоз				Мед. сестра				