



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 11 марта 2026 года.

4

на 11 марта 2020 года.											
Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ								Цена
			7-11 лет								
3 день			белки	жиры	углеводы	Ккал					
ЗАВТРАК											
Суп молочный с макаронными изделиями	93	1/200	5,75	5,21	18,84	145,20				15,8	
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00				2,1	
Сыр	42	1\25	4,64	5,90	0,00	72,80				16,63	
Хлеб пшеничный	8	1\40	2,40	0,80	16,70	85,70				4	
Всего:			12,99	11,91	49,54	331,70				38,53	
Обед											
Салат из квашенной капусты	81	1\60	0,94	2,99	4,59	49,92				14,94	
Щи из свежей капусты с куриным мясом.	439	1/250	14,60	3,30	26,70	274,00				14,02	
Рыба тушеная в том.соусе с овощами	486		16,05	9,85	8,35	194,00				60,06	
		1\100									
Картофельное пюре	694	1/150	3,15	7,95	22,05	112,50				11,17	
Чай	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00				3,05	
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:			38,04	24,33	88,21	708,97				111,94	
Полдник											
Пряник		1\100	5,50	6,00	75,00	380,00				16,5	
Компот из сухофруктов	868	1/200	0,40	0,00	24,76	94,20				5,32	
Всего:			5,90	6,00	99,76	474,20				21,82	
Итого за день			56,93	42,24	237,51	1514,87					
Повар			Завхоз				Мед. сестра				