



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 18 марта 2026 года.

На 18 марта 2026 года.											
Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ								Цена
			7-11 лет								
			белки	жиры	углеводы	Ккал					
8 день											
Завтрак											17,9
Каша овсяная молочная	17	1/200	6,35	8,51	21,86	187,00					13,3
Сыр	42	1/20	6,96	8,85	0,00	109,20					4
Хлеб пшеничный	8	1/40	2,40	0,80	16,70	85,70					2,1
Чай с сахаром	943	1/200		0,00	14,00	28,00					
Всего:			15,71	18,16	52,56	409,90					37,3
Обед											7,52
Салат пестрый	31	1/80	0,80	3,60	8,60	70,00					
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137	1/250	1,80	5,00	15,90	258,50					14,07
Гречка рассыпчатая с маслом	679	1/150	7,46	5,61	35,84	230,45					11,31
Гуляш из куриной грудки	591	1/100	23,80	19,52	5,74	203,00					62,63
Компот из сухофруктов	868	1/200	0,04	0,00	24,76	94,20					7,71
Хлеб пшеничный	8	1/30	1,80	0,6	12,52	64,27					4,52
Хлеб ржаной		1/20	1,30	0,24	0,52	36,20					4,18
Всего:			37,00	33,97	103,36	956,62					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			58,61	58,13	255,68	1840,72					
Повар			Завхоз				Мед. сестра				