



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 19 марта 2026 года.

МОУ СОШ № 11. Выходные									
На 19 марта 2026 года.									
Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ						Цена
			7-11 лет						
			белки	жиры	углеводы	Ккал			
9 день									
Завтрак									19,88
Каша рисовая вязкая мол.с	168	1/210	3,09	4,07	36,97	197,00			1,86
Печенье	773	1/7	5,00	10,50	9,50	150,00			11,26
Кофейный напиток с	395	1/200	2,85	2,41	14,36	91,00			4
Хлеб пшеничный	8	1/40	2,40	0,30	12,60	64,20			
									37
Всего:			13,34	17,28	73,43	502,20			
Обед									
Салат из квашенной капусты	81	1/60	0,94	2,99	4,59	49,92			14,94
Суп гороховый с куриным мясом.	138	1/250	5,14	5,45	26,91	413,70			21,19
Котлета	608	1/100	15,55	11,55	15,70	228,75			47,21
Картофельное пюре	694	1/150	3,15	7,95	22,05	112,50			13,04
Чай с лимоном	377	1/200	9,02	2,28	15,42	114,66			6,86
Хлеб пшеничный	8	1/30	1,80	0,6	12,52	64,27			4,52
Хлеб пшеничный			1,30	0,24	0,52	36,20			4,18
Хлеб ржаной	7	1/20							111,94
Всего:			36,90	30,46	97,19	970,08			
Полдник									2,1
Чай с сахаром	943	1/200	0,20	0,00	14,00	28,00			7,96
Масло сливочное	41	1/10	0,00	8,20	0,10	75,00			3,04
Хлеб пшеничный	8	1/30	2,40	0,30	12,60	64,20			13,1
Всего:			2,60	8,50	26,70	167,20			
Итого за день			52,84	56,24	197,32	1639,48			
Повар			Завхоз			Мед. сестра			