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 15 апреля 2026 года.**

| Наименование блюда, напитков | № рецептуры | | выход 11-18 | содержание основных питательных веществ | | | | | | | | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 12-18 лет | | | | | | | | |
| | | | | белки | жиры | углеводы | Ккал | | | | | |
| **3 день** | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| Салат из квашенной капусты | 81 | | 1\100 | 1,58 | 4,99 | 7,00 | 83,20 | | | | | 12 |
| Щи из свежей капусты с куриным мясом. | 439 | | 1\300 | 18,25 | 4,12 | 33,30 | 350,80 | | | | | 9,67 |
| Рыба тушенная в том.соусе с овощами | 486 | | 1\100 | 16,05 | 9,85 | 8,35 | 194,00 | | | | | 41,43 |
| Картофельное пюре | 694 | | 1\200 | 4,20 | 10,60 | 29,40 | 150,00 | | | | | 7,7 |
| Чай с сахаром | 943 | | 1\200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | | | | | 2,1 |
| Хлеб ржаной | 7 | | 1\50 | 5,20 | 0,96 | 2,10 | 144,80 | | | | | 5,1 |
| **Всего:** | | | | **45,48** | **30,52** | **94,15** | **950,80** | | | | | 78 |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| Повар _____ | | | | Завхоз _____ | | | | Мед. сестра _____ | | | | |