

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского  
 На 15 мая 2026 года.

Утверждено  
 Директор МОУ СОШ №1 г. Белинского Пензенской области  
 им. В.Г. Белинского

*Котлякина С.Ю.*  
 Котлякина С.Ю.



содержание основных питательных веществ

Наименование блюда, напитка	№ рецептура	масса г/шт	7-11 лет				Лейза	
			Белки	жиры	углеводы	Калы		
<b>5 день</b>								
Макаронные изделия с тертым сыром	202	1/200	1,52	0,16	5,36	28,80	31,4	
Чай с сахаром	943	1/200	0,20	0,00	14,00	28,00	2,1	
Масло сливочное	41	1/10	0,00	8,20	0,10	75,00	7,96	
Хлеб пшеничный	8	1/40	2,40	0,80	16,70	85,70	4	
<b>Всего:</b>			<b>4,12</b>	<b>9,16</b>	<b>36,16</b>	<b>217,50</b>	<b>45,46</b>	
<b>Обед</b>								
Винегрет овощной	45	1/60	0,82	3,71	5,06	56,88	4,58	
Суп крем-с кур. мяс.	201	1/250	5,99	7,54	15,53	148,28	11,28	
Гуляш из куриной грудки	591	1/100	23,80	19,52	5,74	203,00	62,63	
Рис отварной	304	1/150	8,73	14,61	75,00	447,70	14,57	
Компот из свежих плодов	859	1/200	0,20	0,20	22,30	110,00	10,18	
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	
<b>Всего:</b>			<b>42,64</b>	<b>45,82</b>	<b>136,15</b>	<b>1066,33</b>	<b>111,94</b>	
<b>Полдник</b>								
Компот из свеж. плодов	859	1/200	0,20	0,20	22,30	110,00	7,37	
Вафли		1/100	5,00	28,00	64,00	530,00	24,6	
<b>Всего:</b>			<b>5,20</b>	<b>28,20</b>	<b>86,30</b>	<b>640,00</b>	<b>31,97</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>51,96</b>	<b>83,18</b>	<b>258,61</b>	<b>1923,83</b>		
Повар	<i>Сид</i>		Завхоз		<i>Сид</i>		Мед. сестра	<i>Сид</i>