

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 04 сентября 2026 года.**

| На 04 сентября 2026 года.                       |             |            |                                         |        |          |        |             |  |  |  |        |
|-------------------------------------------------|-------------|------------|-----------------------------------------|--------|----------|--------|-------------|--|--|--|--------|
| Наименование блюда, напитков                    | № рецептуры | выход 7-11 | содержание основных питательных веществ |        |          |        |             |  |  |  |        |
|                                                 |             |            | 7-11 лет                                |        |          |        |             |  |  |  |        |
|                                                 |             |            | белки                                   | жиры   | углеводы | Ккал   |             |  |  |  |        |
| 4 день                                          |             |            |                                         |        |          |        |             |  |  |  |        |
| Завтра                                          |             |            |                                         |        |          |        |             |  |  |  | Цена   |
| Каша молочная вязкая манная с маслом и сахаром. | 168         | 1/210      |                                         | 4,52   | 4,07     | 35,46  | 197,00      |  |  |  |        |
| Сыр порционный                                  | 42          | 1\20       |                                         | 3,48   | 4,43     | 0,00   | 54,60       |  |  |  | 17     |
| Чай с лимоном                                   | 943         | 1\200      |                                         | 0,20   | 0,00     | 14,00  | 28,00       |  |  |  | 16,00  |
| Хлеб пшеничный                                  | 8           | 1\40       |                                         | 2,40   | 0,80     | 16,70  | 85,70       |  |  |  | 3,44   |
| Всего:                                          |             |            |                                         | 10,60  | 9,30     | 66,16  | 365,30      |  |  |  | 4      |
|                                                 |             |            |                                         |        |          |        |             |  |  |  | 40,44  |
| Обед                                            |             |            |                                         |        |          |        |             |  |  |  |        |
| Салат из свежих огурцов                         | 13          | 1\60       |                                         | 0,46   | 3,65     | 1,43   | 40,38       |  |  |  | 15,92  |
| Суп лапша -с курицей                            | 108         | 1/250      |                                         | 10,00  | 7,30     | 15,82  | 170,00      |  |  |  | 21,1   |
| Тефтели мясные                                  | 462         | 1\100      |                                         | 10,42  | 15,23    | 12,08  | 201,60      |  |  |  | 44,09  |
| Гречка рассыпчатая с маслом                     | 679         | 1\150      |                                         | 7,46   | 5,61     | 35,84  | 230,45      |  |  |  | 11,54  |
| Компот из смеси сухофруктов.                    | 868         | 1/200      |                                         | 0,04   | 0,00     | 24,76  | 94,20       |  |  |  | 8,41   |
| Хлеб пшеничный                                  | 8           | 1\30       |                                         | 1,80   | 0,6      | 12,52  | 64,27       |  |  |  | 5,8    |
| Хлеб ржаной                                     | 7           | 1\20       |                                         | 1,30   | 0,24     | 0,52   | 36,20       |  |  |  | 5,08   |
| Всего:                                          |             |            |                                         | 31,48  | 32,03    | 102,45 | 837,10      |  |  |  | 111,94 |
| Полдник                                         |             |            |                                         |        |          |        |             |  |  |  |        |
| Чай с сахаром                                   | 943         | 1\200      |                                         | 0,20   | 0,00     | 14,00  | 28,00       |  |  |  | 2,10   |
| Масло сливочное                                 | 41          | 1\10       |                                         | 0,00   | 8,20     | 0,10   | 75,00       |  |  |  | 8,2    |
| Хлеб пшеничный                                  | 8           | 1\40       |                                         | 2,40   | 0,80     | 16,70  | 85,70       |  |  |  | 4      |
|                                                 |             |            |                                         | 2,60   | 9,00     | 30,80  | 188,70      |  |  |  | 14,30  |
| Итого за день                                   |             |            |                                         | 34,08  | 41,03    | 133,25 | 1025,80     |  |  |  |        |
| Повар                                           |             |            |                                         | Завхоз |          |        | Мед. сестра |  |  |  |        |