

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 10 сентября 2026 года.**

| Наименование блюда, напитков            | № рецептуры |  | выход 11-18 | содержание основных питательных веществ |              |              |                   |  |  |  |  | Цена        |
|-----------------------------------------|-------------|--|-------------|-----------------------------------------|--------------|--------------|-------------------|--|--|--|--|-------------|
|                                         |             |  |             | 12-18 лет                               |              |              |                   |  |  |  |  |             |
| 8 день                                  |             |  |             | белки                                   | жиры         | углеводы     | Ккал              |  |  |  |  |             |
| <b>Обед</b>                             |             |  |             |                                         |              |              |                   |  |  |  |  |             |
| Салат пестрый                           | 31          |  | 1\100       | 1,00                                    | 4,50         | 10,80        | 88,00             |  |  |  |  | 5,20        |
| Борщ из свежей капусты с куриным мясом. | 137         |  | 1\300       | 2,16                                    | 6,00         | 19,08        | 310,20            |  |  |  |  | 10,94       |
| Гречка рассыпчатая с маслом             | 679         |  | 1\150       | 7,46                                    | 5,61         | 35,84        | 230,45            |  |  |  |  | 7,96        |
| Гуляш из куриной грудки                 | 591         |  | 1\100       | 23,80                                   | 19,52        | 5,74         | 203,00            |  |  |  |  | 39,9        |
| Компот из сухофруктов                   | 868         |  | 1\200       | 0,04                                    | 0,00         | 24,76        | 94,20             |  |  |  |  | 5,7         |
| Хлеб ржаной                             | 7           |  | 1\50        | 5,20                                    | 0,96         | 2,10         | 144,80            |  |  |  |  | 7,50        |
| <b>Всего:</b>                           |             |  |             | <b>39,66</b>                            | <b>36,59</b> | <b>98,32</b> | <b>1070,65</b>    |  |  |  |  | <b>77,2</b> |
|                                         |             |  |             |                                         |              |              |                   |  |  |  |  |             |
|                                         |             |  |             |                                         |              |              |                   |  |  |  |  |             |
|                                         |             |  |             |                                         |              |              |                   |  |  |  |  |             |
|                                         |             |  |             |                                         |              |              |                   |  |  |  |  |             |
|                                         |             |  |             |                                         |              |              |                   |  |  |  |  |             |
|                                         |             |  |             |                                         |              |              |                   |  |  |  |  |             |
| Повар _____                             |             |  |             | Завхоз _____                            |              |              | Мед. сестра _____ |  |  |  |  |             |