

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 18 сентября 2026 года.

На 18 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			