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 29 сентября 2026 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	выход 11-18	содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-18 лет				
1 день				белки	жиры	углеводы	Ккал	белки	жиры	углеводы	Ккал	
завтрак												
Каша гречневая рассыпчатая со слив.мас.	679	1\150		7,46	5,61	35,84	230,45					12,00
Сыр порционный	42	1\30		4,64	5,90	0,00	72,80					26,40
Чай с сахаром	943	1\200		0,20	0,00	14,00	28,00					2,5
Хлеб пшеничный	8	1\40		2,40	0,80	16,70	85,70					6
Всего:				**14,70**	**12,31**	**66,54**	**416,95**					46,90
обед												
Салат из свежих помидоров и огурцов	15	1\60		0,59	3,69	2,24	44,52					9,34
Суп гороховый с куриным мясом.	138	1\250		5,14	5,45	26,91	413,70					28,62
Биточки	608	1\100		15,55	11,55	15,70	228,75					42,95
Макароны отварные со слив.мас.	688	1\150		5,10	7,50	28,50	202,50					11,89
Компот из смеси сухофруктов	868	1\200		0,04	0,00	24,76	94,20					8,26
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:				**29,52**	**28,43**	**110,63**	**1084,14**					111,94
полдник												
Чай с лимоном	943	1\200		0,20	0,00	14,00	28,00					3,44
Пряник		1\100		5,50	6,00	75,00	380,00					16,5
Всего:												19,94
				5,70	**6,00**	**89,00**	**408,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	
Итого за день				**49,92**	**46,74**	**266,17**	**1909,09**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	
Повар				Завхоз				Мед. сестра				