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 09 ОКТЯБРЯ 2026 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11		содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет								
				белки	жиры	углеводы	Ккал					
9 день												
Завтрак												
Каша рисовая вязкая мол.с	168	1/210		3,09	4,07	36,97	197,00					20
Печенье	773	1\7		5,00	10,50	9,50	150,00					4
Кофейный напиток с	395	1/200		2,85	2,41	14,36	91,00					14
Хлеб пшеничный	8	1\40		2,40	0,30	12,60	64,20					4
Всего:				**13,34**	**17,28**	**73,43**	**502,20**					42
Обед												
Салат из белокочанной капусты	5	1\60		1,56	3,00	1,86	41,40					3,50
Суп гороховый с куриным мясом.	138	1\250		5,14	5,45	26,91	413,70					25,04
Котлета	608	1\100		15,55	11,55	15,70	228,75					41,88
Картофельное пюре	694	1\150		3,15	7,95	22,05	112,50					23,78
Чай с лимоном	377	1\200		9,02	2,28	15,42	114,66					6,86
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:				**37,52**	**30,47**	**94,46**	**1011,48**					111,94
Полдник												
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					8,2
Хлеб пшеничный	8	1\30		2,40	0,30	12,60	64,20					4
Всего:				**2,60**	**8,50**	**26,70**	**167,20**					14,3
Итого за день				**53,46**	**56,25**	**194,59**	**1680,88**					
Повар_____				Завхоз_____				Мед. сестра_____				