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 21 сентября 2026 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11		содержание основных питательных веществ								
				7-11 лет								
				белки	жиры	углеводы	Ккал					Цена
5 день												
Макаронные изделия с тертым сыром	202	1\200		1,52	0,16	5,36	28,80					33
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\40		2,40	0,80	16,70	85,70					4
Всего:				**4,12**	**9,16**	**36,16**	**217,50**					47,3
Обед												
Салат из помидоров с луком	14	1\60		0,68	3,71	2,83	47,46					9,43
Суп крест.с кур. мяс.	201	1/250		5,99	7,54	15,53	148,28					7,12
Гуляш из куриной грудки	591	1\100		23,80	19,52	5,74	203,00					57,86
Рис отварной	304	1/150		8,73	14,61	75,00	447,70					14,57
Компот из свежих плодов	859	1/200		0,20	0,20	22,30	110,00					12,08
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:				**42,50**	**45,82**	**133,92**	**1056,91**					111,94
Полдник												
Компот из свеж.плодов	859	1/200		0,20	0,20	22,30	110,00					8,34
Вафли		1\100		5,00	28,00	64,00	530,00					24,6
Всего:				**5,20**	**28,20**	**86,30**	**640,00**					32,94
Итого за день				**51,82**	**83,18**	**256,38**	**1914,41**					

Повар _____ Завхоз _____ Мед. сестра _____