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 24 сентября 2026.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11		содержание основных питательных веществ								
				7-11 лет								
				белки	жиры	углеводы	Ккал					Цена
8 день												
Завтрак												
Каша овсяная молочная	17	1/200		6,35	8,51	21,86	187,00					18,5
Сыр	42	1\20		6,96	8,85	0,00	109,20					16
Хлеб пшеничный	8	1\40		2,40	0,80	16,70	85,70					4
Чай с сахаром	943	1\200			0,00	14,00	28,00					2,1
Всего:				**15,71**	**18,16**	**52,56**	**409,90**					40,6
Обед												
Салат пестрый	31	1\80		0,80	3,60	8,60	70,00					7,53
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137	1/250		1,80	5,00	15,90	258,50					15,86
Гречка рассыпчатая с маслом	679	1\150		7,46	5,61	35,84	230,45					11,54
Гуляш из куриной грудки	591	1\100		23,80	19,52	5,74	203,00					57,86
Компот из сухофруктов	868	1\200		0,04	0,00	24,76	94,20					8,27
Хлеб пшеничный	8	1\30		1,80	0.6	12,52	64,27					5,8
Хлеб ржаной		1\20		1,30	0,24	0.52	36,20					5,08
Всего:				**37,00**	**33,97**	**103,36**	**956,62**					111,94
Полдник												
Пряник		1\100		5,50	6,00	75,00	380,00					16,5
Компот из сухофруктов	868	1\200		0,40	0,00	24,76	94,20					5,70
Всего:				**5,90**	**6,00**	**99,76**	**474,20**					22,2
Итого за день				**58,61**	**58,13**	**255,68**	**1840,72**					
Повар				Завхоз				Мед. сестра				