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 01 ОКТЯБРЯ 2026 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11		содержание основных питательных веществ 7-11 лет								Цена
3 день				белки	жиры	углеводы	Ккал					
ЗАВТРАК												
Суп молочный с макаронными изделиями	93	1/200		5,75	5,21	18,84	145,20					17
Чай с сахаром	943	1\200		0,20	0,00	14,00	28,00					2,1
Сыр	42	1\25		4,64	5,90	0,00	72,80					20
Хлеб пшеничный	8	1\40		2,40	0,80	16,70	85,70					4
Всего:				12,99	11,91	49,54	331,70					43,1
Обед												
Салат из белокочанной капусты	5	1\60		1,56	3,00	1,86	41,40					3,50
Щи из свежей капусты с куриным мясом.	439	1/250		14,60	3,30	26,70	274,00					27,23
Рыба тушенная в том.соусе с овощами	486		1\100	16,05	9,85	8,35	194,00					43,5
Картофельное пюре	694	1/150		3,15	7,95	22,05	112,50					23,78
Чай	943	1\200		0,20	0,00	14,00	28,00					3,05
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:				**38,66**	**24,34**	**85,48**	**750,37**					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					5,8
Всего:				**5,90**	**6,00**	**99,76**	**474,20**					22,3
Итого за день				**57,55**	**42,25**	**234,78**	**1556,27**					
Повар_____				Завхоз_____				Мед. сестра_____				