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 16 ОКТЯБРЯ 2026 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11		содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет								
				белки	жиры	углеводы	Ккал					
4 день												
Завтра												
Каша молочная вязкая манная с маслом и сахаром.	168	1/210		4,52	4,07	35,46	197,00					17
Сыр порционный	42	1\20		3,48	4,43	0,00	54,60					16,00
Чай с лимоном	943	1\200		0,20	0,00	14,00	28,00					3,44
Хлеб пшеничный	8	1\40		2,40	0,80	16,70	85,70					4
Всего:				10,60	9,30	66,16	365,30					40,44
Обед												
Салат из свежих огурцов	13	1\60		0,46	3,65	1,43	40,38					15,92
Суп лапша -с курицей	108	1/250		10,00	7,30	15,82	170,00					21,1
Тефтели мясные	462	1\100		10,42	15,23	12,08	201,60					44,09
Гречка рассыпчатая с маслом	679	1\150		7,46	5,61	35,84	230,45					11,54
Компот из смеси сухофруктов.	868	1/200		0,04	0,00	24,76	94,20					8,41
Фрукт	338	1/239		0,60	0,60	14,64	66,34					69,31
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:				**32,08**	**32,63**	**117,09**	**903,44**					181,25
Полдник												
Чай с сахаром	943	1\200		0,20	0,00	14,00	28,00					2,10
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
				2,60	**9,00**	**30,80**	**188,70**					14,30
Итого за день				**45,28**	**50,93**	**214,05**	**1457,44**					
Повар				Завхоз				Мед. сестра				