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 20 ОКТЯБРЯ 2026 года.

| Наименование блюда, напитков | № рецептуры | | выход 11-18 | содержание основных питательных веществ | | | | | | | | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 12-18 лет | | | | | | | | |
| | | | | белки | жиры | углеводы | Ккал | | | | | |
| **6 день** | | | | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| Салат из квашенной капусты | 81 | | 1\100 | 1,58 | 4,99 | 7,00 | 83,20 | | | | | 11,44 |
| Щи из свежей капусты с куриным мясом. | 439 | | 1\300 | 18,25 | 4,12 | 33,30 | 350,80 | | | | | 18,78 |
| Котлета | 608 | | 1\100 | 15,55 | 11,55 | 15,70 | 228,75 | | | | | 28,88 |
| Гороховое пюре | 50 | | 1\200 | 61,73 | 4,60 | 25,06 | 226,60 | | | | | 8,5 |
| Чай с сахаром | 943 | | 1\200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | | | | | 2,1 |
| Хлеб ржаной | 7 | | 1\50 | 5,20 | 0,96 | 2,10 | 144,80 | | | | | 7,5 |
| **Всего:** | | | | **102,51** | **26,22** | **97,16** | **1062,15** | | | | | 77,2 |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| Повар | | | | Завхоз | | | | Мед. сестра | | | | |