



МЕНЮ

МОУ СОШ №2 г. Белинского Пензенской области им. Р.М.Сазонова

На 02.12.2024 г.



Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 12-17 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-17 лет				
				белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	
11 ДЕНЬ ЗАВТРАК												
Каша пшеничная молочная	267	200		7,80	9,46	35,80	284					24,85
Бутерброд с сыром	90	40		6,70	9,50	9,90	153					24,34
Кофейный напиток с молоком	501	200		3,20	2,70	15,90	79					27,39
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					20,86
ИТОГО:				17,70	21,66	61,60	516,00					97,44
8 ДЕНЬ ОБЕД												
Суп лапша с курицей	108	250	250	10,00	7,30	15,82	170	10,00	7,30	15,82	170	12,60
Жаркое по- домашнему	369	200	200	23,64	21,09	15,09	345	23,64	21,09	15,09	345	49,52
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	3,95
Компот из сухофруктов	508	200	200	0,50		27,00	110	0,50		27,00	110	4,94
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,10
ИТОГО:				47,64	47,71	187,13	1372,7	40,26	33,86	95,09	848,3	74,11

Повар

Завхоз

Мед.сестра



МЕНЮ

МОУ СОШ №2 г. Белинского Пензенской области им. Р.М.Сазонова

На 03.12.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

 Директор школы
 И.П.Бичкурова/

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 12-17 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-17 лет				
				белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	белки	жиры	углевод	Энергетическая ценность	
12 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Бутерброд с маслом	478	40		0,20	33,00	0,32	300,00					31,17
Каша гречневая рассыпчатая	445	200		8,75	6,62	43,07	270,00					15,42
Вафли	588	50		1,40	1,65	38,65	175					
Чай с сахаром	433	200		0,20	0,05	15,01	57					2,53
Фрукт (банан)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					48,30
ИТОГО:				13,35	23,12	136,73	564,00					97,44
9 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп картофельный с горохом на к/б	118	250	250	5,48	4,74	19,74	146	5,48	4,74	19,74	146	12,30
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	7,96
Тефтели (ёжики)	390	100	100	12,22	19,68	14,66	285	12,22	19,68	14,66	285	34,81
Салат пестрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	3,28
Компот из кураги	512	200	200	1,30		23,76	96,00	1,30		23,76	96,00	8,90
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,10
ИТОГО:				28,95	35,81	126,69	949,50	28,95	35,81	126,69	949,50	70,35

Повар Эв

Завхоз _____

Мед.сестра Алор



МЕНЮ

МОУ СОШ №2 г. Белинского Пензенской области им. Р.М.Сазонова

На 04.12.2024 г.



Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 12-17 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена	
				7-11 лет				12-17 лет					
				белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность		
1 ДЕНЬ													
ЗАВТРАК													
Каша пшеничная молочная	267	200		7,80	9,46	35,80	284						24,85
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194						26,00
Кофейный напиток с молоком	501	200		3,20	2,70	15,90	79						24,39
Фрукт (груша)	112	200		0,72	0,54	18,54	85						19,20
Итого:				15,42	14,4	111,14	642,0						97,44
10 ДЕНЬ													
ОБЕД													
Суп картофельный с мясными фрикадельками	123	250	250	6,67	6,99	18,45	167	6,67	6,99	18,45	167		21,29
Плов из птицы	291	200	200	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352		44,46
Салат из свеклы с раст. маслом	64	100	100	1,40	8,42	8,45	115	1,40	8,42	8,45	115		1,03
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10		3,10
Чай с сахаром	433	200	200	0,20	0,05	15,01	57	0,20	0,05	15,01	57		1,76
ИТОГО:				27,79	27,33	89,74	715,50	27,79	27,33	89,74	715,50		71,64

Повар

Завхоз

Мед.сестра



МЕНЮ

МОУ СОШ №2 г. Белинского Пензенской области им. Р.М.Сазонова

На 05.12.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы
 И.П.Бичкурова/




Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 12-17 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-17 лет				
				белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	
2 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					31,03
Каша «Дружба»	260	200		5,26	11,66	25,06	226					24,78
Какао с молоком	497	200		5,00	4,40	31,70	186					15,57
Фрукт (банан, яблоко)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					26,06
ИТОГО:				19,96	26,56	108,66	757					97,44
1 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Борщ со сметаной на к/б	128	250	250	1,96	5,75	10,83	103	1,96	5,75	10,83	103	17,15
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	7,96
Бефстроганов	151	100	100	17,55	12,40	5,68	205	17,55	12,40	5,68	205	41,32
Чай с сахаром	433	200	200	0,20	0,05	15,01	57	0,20	0,05	15,01	57	1,76
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,10
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	3,95
ИТОГО:				28,67	23,42	92,04	647,50	29,76	24,66	99,01	759,10	75,24

Повар Су

Завхоз СН

Мед.сестра Авф



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.И. Бичкурова/

МЕНЮ

МОУ СОШ №2 г. Белинского Пензенской области им. Р.М.Сазонова

На 06.12.2024 г.

Наименование блюда, напитков	№ реце птур ы	Выхо д, г. 7-11 лет	Выхо д, г. 12-17 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена		
				7-11 лет				12-17 лет						
				белки	жиры	углево ды	Энерге тическ ая ценнос ть	белки	жиры	углевод ы	Энергет ическая ценност ь			
3 ДЕНЬ														
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом	478	40		0,20	33,00	0,32	300,00							31,17
Каша гречневая рассыпчатая	445	200		8,75	6,62	43,07	270,00							15,42
Компот из кураги	512	200		1,30		23,76	96,00							12,96
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00							37,89
ИТОГО:				10,85	40,22	80,62	737							97,44
2 ДЕНЬ														
ОБЕД														
Суп картофельный с мясными фрикадельками	123	250	250	6,67	6,99	18,45	167	6,67	6,99	18,45	167			21,29
Рагу из птицы	407	200	200	15,77	16,46	18,17	283	15,77	16,46	18,17	283			49,12
Винегрет овощной	76	100	100	1,30	10,80	6,80	130	1,30	10,80	6,80	130			9,72
Компот из яблок и лимоном	509	200	200	0,50	0,20	22,20	93	0,50	0,20	22,20	93			3,77
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10			3,10
ИТОГО:				26,52	34,69	80,38	743,50	26,52	34,69	80,38	743,50			84,00

Повар

Завхоз

Мед.сестра

МЕНЮ

МОУ СОШ №2 г. Белинского Пензенской области им. Р.М.Сазонова

На 07.12.2024 г.



Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 12-17 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-17 лет				
				белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	
4 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Запеканка твороженная	313	200		20,80	21,84	20,71	368					51,47
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					26,00
Чай с сахаром	433	200		0,20	0,05	15,01	57					2,55
Фрукт (банан, яблоко)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					47,42
ИТОГО:				27,7	24,59	76,62	811					97,44

Повар СВ

Завхоз СВ

Мед.сестра Рвор