УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
_____ /И.П.Бичкурова/

МЕНЮ

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

На 03.02.2025 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	
7 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
вафли	588	50		1,40	1,65	38,65	175					18,75
Макароны отварные с сыром	295	200		10,89	9,09	30,60	248					32,72
Чай с сахаром и лимоном	434	200		0,26	0,05	15,22	59					4,52
Хлеб пшеничный	108	20		1,52	0,16	9,84	47					4,00
Фрукт (апельсин ,груша)	112	170		1,53	0,34	13,77	73,00					39,77
ИТОГО:				15,6	11,29	108,08	602					99,76
5 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	13,75
Плов из птицы	291	200	200	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352	56,28
Салат из свеклы с раст .маслом	64	100	100	1,40	8,42	8,45	115	1,40	8,42	8,45	115	4,35
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,50
Компот из сухофруктов	508	200	200	0,50		27,00	110	0,50		27,00	110	4,97
ИТОГО:				26,96	28,4	79,4	683,5	29,24	28,64	94,16	753,10	82,85

Повар_____ Завхоз_____ Мед.сестра_____

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
_____/И.П.Бичкурова/

МЕНЮ

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

На 04.02.2025 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	
8 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша манная молочная с маслом	302	200		4,80	8,20	30,40	220					37,29
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					34,48
Компот из яблок и лимоном	509	200		0,50	0,20	22,20	93					6,87
Фрукт (банан)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					21,12
ИТОГО:				14,8	18,9	107,3	668					99,76
6 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Рассольник домашний на к/б	132	250	250	2,08	5,20	12,80	106	2,08	5,20	12,80	106	14,26
Икра свекольная	439	100	100	3,56	4,53	15,09	116	3,56	4,53	15,09	116	4,35
Котлеты(биточки)	167	100	100	15,70	13,02	15,78	246	15,70	13,02	15,78	246	41,53
Пюре гороховое с маслом	418	180	180	17,12	5,27	34,07	252	17,12	5,27	34,07	252	9,95
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59	0,26	0,05	15,22	59	2,36
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,50
ИТОГО:				41,00	28,31	107,72	849,50	41,00	28,31	107,72	849,50	75,95

Повар_____ Завхоз_____ Мед.сестра_____

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
_____ /И.П.Бичкурова/

МЕНЮ

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

На 05.02.2025 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	
9 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша «Дружба»	260	200		5,26	11,66	25,06	226					28,11
Какао с молоком	497	200		5,00	4,40	31,70	186					27,21
Хлеб пшеничный	108	20		1,52	0,16	9,84	47					4,00
Фрукт (апельсин)	112	170		1,53	0,34	13,77	73,00					27,04
Печенье сахарное	590	100		7,50	9,80	74,40	417					13,40
ИТОГО:				20,81	26,36	154,77	949					99,76
7 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Щи из свежей капусты со сметаной на к/б	142	250	250	2,01	6,48	8,14	99,00	2,01	6,48	8,14	99,00	18,82
Рис отварной	304	200	200	1,64	19,48	100,00	596,94	1,64	19,48	100,00	596,94	11,44
Котлеты рыбные	345	100	100	13,90	2,12	9,60	86	13,90	2,12	9,60	86	39,45
Винегрет овощной	76	100	100	1,30	10,80	6,80	130	1,30	10,80	6,80	130	12,17
Сок абрикосовый	518	200	200	1,00			110	1,00			110	11,00
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,50
ИТОГО:				32,13	39,12	139,30	1092,30	32,13	39,12	139,30	1092,30	96,38

Повар_____ Завхоз_____ Мед.сестра_____

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
_____ /И.П.Бичкурова/

МЕНЮ

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

на 06.02.2025 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	
10 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша рисовая молочная	330	200		4,98	11,80	32,14	256					30,36
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					26,00
Чай с сахаром и лимоном	434	200		0,26	0,05	15,22	59					4,52
Фрукт (груша)	112	200		0,72	0,54	18,54	85					38,88
ИТОГО:				9,66	14,09	106,8	594					99,76
8 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп лапша с курицей	108	250	250	10,00	7,30	15,82	170	10,00	7,30	15,82	170	13,46
Жаркое по- домашнему	369	200	200	23,64	21,09	15,09	345	23,64	21,09	15,09	345	62,01
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	5,05
Компот из сухофруктов	508	200	200	0,50		27,00	110	0,50		27,00	110	4,97
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,50
ИТОГО:				37,62	33,78	83,55	835,50	37,62	33,78	83,55	835,50	88,99

Повар_____ Завхоз_____ Мед.сестра_____

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
_____/И.П.Бичкурова/

МЕНЮ

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

На 07.02.2025 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 пшенная молочная	267	200		7,80	9,46	35,80	284					25,87
Бутерброд с сыром	90	40		6,70	9,50	9,90	153					27,52
Кофейный напиток с молоком	501	200		3,20	2,70	15,90	79					27,43
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					18,94
ИТОГО:				17,7	21,66	61,6	516,0					99,76
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	13,75
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6.67	5,98	41,85	254	8,14
Тефтели(ёжики)	390	100	100	12,22	19,68	14,66	285	12,22	19,68	14,66	285	35,66
Салат пестрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	6,07
Компот из кураги	512	200	200	1,30		23,76	96,00	1,30		23,76	96,00	9,37
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,50
ИТОГО:				28,95	35,81	126,69	949,50	28,95	35,81	126,69	949,50	76,49

Повар_____ Завхоз_____ Мед.сестра_____

Утверждаю

Директор школы

_____ /И.П.Бичкурова/

МЕНЮ

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

на 08.02.2025 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	
12 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Бутерброд с маслом	478	40		0,20	33,00	0,32	300,00					33,64
Каша гречневая рассыпчатая	445	200		8,75	6,62	43,07	270,00					15,86
Чай с сахаром	433	200		0,20	0,05	15,01	57					2,60
Фрукт (банан)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					47,66
ИТОГО:				13,35	23,12	136,73	564,0					99,76

Повар_____ Завхоз_____ Мед.сестра_____