

МЕНЮ

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

на 21.04.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
И.О.директора школы
/И.А.Родионова/

Наименование блюда, напитков	№ рецепт уры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 12-17 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-17 лет				
				белки	жиры	углево ды	Энерге тическ ая ценнос ть	белк и	жиры	углево ды	Энерг етиче ская ценно сть	
1 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша пшеничная молочная	267	200		7,80	9,46	35,80	284					26,49
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					28,07
Фрукт (груша)	112	200		0,72	0,54	18,54	85					19,20
Итого:				15,42	14,4	111,14	642					99,76
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	20,83
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	8,26
Бефстроганов	151	50	50	17,55	12,40	5,68	205	17,5 5	12,40	5,68	205	54,79
Салат из квашеной капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	12,47
Чай с сахаром	433	200	200	0,20	0,05	15,01	57	0,20	0,05	15,01	57	3,50
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,1 0	2,40
ИТОГО:				28,67	23,42	92,04	647,50	29,7 6	24,66	99,01	759,1 0	102,25

Повар С

Завхоз С

Мед.сестра Р

МЕНЮ

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

на 22.04.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
И.О. директора школы
И.А.Родионова/

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	
2 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					29,79
Каша «Дружба»	260	200		5,26	11,66	25,06	226					28,66
Какао с молоком	497	200		5,00	4,40	31,70	186					27,85
Фрукт (банан, яблоко)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					13,46
ИТОГО:				19,96	26,56	108,66	757,00					99,76
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	25,18
Рагу из птицы	407	200	200	15,77	16,46	18,17	283	15,77	16,46	18,17	283	64,54
Винегрет овощной	76	100	100	1,30	10,80	6,80	130	1,30	10,80	6,80	130	11,04
Компот из яблок и лимоном	509	200	200	0,50	0,20	22,20	93	0,50	0,20	22,20	93	4,18
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,50
ИТОГО:				26,52	34,69	80,38	743,50	26,52	34,69	80,38	743,50	111,44

Повар

Завхоз

Мед.сестра



УТВЕРЖДАЮ
И.О. директора школы
/И.А.Родионова/

МЕНЮ

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

на 23.04.2025 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	Энерге тическ ая ценнос ть	
3 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Бутерброд с маслом	478	40		0,20	33,00	0,32	300,00					33,81
Каша гречневая рассыпчатая	445	200		8,75	6,62	43,07	270,00					16,05
Компот из кураги	512	200		1,30		23,76	96,00					13,64
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					36,26
ИТОГО:				10,85	40,22	80,62	737,00					99,76
3 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп лапша с курицей	108	250	250	10,00	7,30	15,82	170	10,00	7,30	15,82	170	14,51
Картофельное пюре	443	150	180	3,24	5,6	22,05	156	3,89	6,71	26,46	187	22,56
Котлеты из индейки	195	100	100	43,8	18,26	25,94	282	43,8	18,26	25,94	282	44,18
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	12,47
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:				61,88	36,39	86,23	871,7	64,81	37,74	105,4	972,3	108,22

Повар

Завхоз

Мед.сестра

МЕНЮ

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

на 24.04.2025 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	Энерге тическ ая ценнос ть	
4 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												56,23
Запеканка творожная	313	200		20,80	21,84	20,71	368					26,00
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					2,65
Чай с сахаром	433	200		0,20	0,05	15,01	57					14,88
Фрукт (банан, яблоко)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					99,76
ИТОГО:				27,70	24,59	76,62	811					
4 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп картофельный с крупой перловой на к/б	119	250	250	2,72	4,54	20,54	137	2,72	4,54	20,54	137	14,29
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	8,26
Куры(голень) отварные	207	100	100	30,56	11,80	1,12	234	30,56	11,80	1,12	234	55,71
Салат пестрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	7,14
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59	0,26	0,05	15,22	59	2,40
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,50
ИТОГО:				42,4	26,78	98,5	810,5	45,87	28,02	120,23	922,10	91,30

Повар

Завхоз

Мед.сестра

МЕНЮ

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

на 25.04.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
И.О.директора школы
/И.А.Родионова/

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	Энерге тическ ая ценнос ть	
5 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша вязкая геркулес. с маслом	321	200		5,55	10,46	23,97	213					24,50
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					29,79
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59					3,48
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					38,99
ИТОГО:				13,11	20,61	62,59	496					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	15,98
Плов из птицы	291	200	200	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352	57,70
Салат из свеклы с раст .маслом	64	100	100	1,40	8,42	8,45	115	1,40	8,42	8,45	115	5,53
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	4,15
ИТОГО:				26,96	28,4	79,4	683,5	29,24	28,64	94,16	753,10	86,86

Повар С/

Завхоз С/

Мед.сестра Рвор