



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
/И.А.Родионова/

МЕНЮ

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

на 1.10.2025 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					33.49
Каша гречневая рассыпчатая	445	200		8,75	6,62	43,07	270,00					15.09
Компот из кураги	512	200		1,30		23,76	96,00					11.10
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					63.57
ИТОГО:				10,85	40,22	80,62	737,00					123.25
3 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп лапша с курицей	108	250	250	10,00	7,30	15,82	170	10,00	7,30	15,82	170	10.99
Картофельное пюре	443	150	180	3,24	5,6	22,05	156	3,89	6,71	26,46	187	8.50
Котлеты из индейки	195	100	100	43,8	18,26	25,94	282	43,8	18,26	25,94	282	45.09
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	0.58
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	3.70
ИТОГО:				61,88	36,39	86,23	871,7	64,81	37,74	105,4	972,3	79.86

Повар

Завхоз

Мед.сестра

МЕНЮ

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

на 2.10. 2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор 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	
4 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Запеканка твороженная	313	200		20,80	21,84	20,71	368					55.76
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					28.00
Чай с сахаром	433	200		0,20	0,05	15,01	57					2.60
Фрукт (банан, яблоко)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					36.89
ИТОГО:				27,70	24,59	76,62	811					123.25
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	9.66
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	8.09/8.74
Куры(голень) отварные	207	100	100	30,56	11,80	1,12	234	30,56	11,80	1,12	234	48.31
Салат пестрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	3.41
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59	0,26	0,05	15,22	59	2.39
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	8.70
ИТОГО:				42,4	26,78	98,5	810,5	45,87	28,02	120,23	922,10	75.56/76.21

Повар

Завхоз

Мед.сестра



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.А. Родионова/

МЕНЮ

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

На 3.10.2025 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	
5 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша вязкая геркулес. с маслом	321	200		5,55	10,46	23,97	213					28.28
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					40.45
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59					4.62
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					49.90
ИТОГО:				13,11	20,61	62,59	496					123.25
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	9.96
Плов из птицы	291	200	200	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352	46.24/47.19
Салат из свеклы с раст.маслом	64	100	100	1,40	8,42	8,45	115	1,40	8,42	8,45	115	1.15
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3.70
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	66.02/66.97

Повар

Завхоз

Мед.сестра

МЕНЮ

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

На 6.10.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор 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	
6 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Омлет	306	200		13,06	26,65	2,82	304,00					26.56
Бутерброд с маслом	478	40		0,20	33,00	0,32	300,00					33.49
Компот из изюма	512	200		0,41		25,16	98,00					9.97
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					53.23
ИТОГО:				14,27	60,25	41,8	773,00					123.25
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	11.34
Икра свекольная	439	100	100	3,56	4,53	15,09	116	3,56	4,53	15,09	116	1.15
Котлеты(биточки)	167	100	100	15,70	13,02	15,78	246	15,70	13,02	15,78	246	45.09
Пюре гороховое с маслом	418	180	180	17,12	5,27	34,07	252	17,12	5,27	34,07	252	8.44/9.04
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59	0,26	0,05	15,22	59	2.39
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3.70
ИТОГО:				41,00	28,31	107,72	849,50	41,00	28,31	107,72	849,50	72.11/72.71

Повар Е.И.И.

Завхоз С.В.

Мед.сестра А.В.



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
/И.А. Родионова/

МЕНЮ

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

На 7.10.2025 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	
7 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
вафли	588	50		1,40	1,65	38,65	175					18.25
Макароны отварные с сыром	295	200		10,89	9,09	30,60	248					35.33
Чай с сахаром и лимоном	434	200		0,26	0,05	15,22	59					4.62
Хлеб пшеничный	108	20		1,52	0,16	9,84	47					3.90
Фрукт	112	170		1,53	0,34	13,77	73,00					60.65
ИТОГО:				15,6	11,29	108,08	602					123.25
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	12.26
Рис отварной	304	200	200	1,64	19,48	100,00	596,94	1,64	19,48	100,00	596,94	9.59/10.54
Котлеты рыбные	345	100	100	13,90	2,12	9,60	86	13,90	2,12	9,60	86	47.89
Винегрет овощной	76	100	100	1,30	10,80	6,80	130	1,30	10,80	6,80	130	11.45
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	3.70
ИТОГО:				32,13	39,12	139,30	1092,30	32,13	39,12	139,30	1092,30	95.99/108.84

Повар Евф

Завхоз Евф

Мед.сестра Евф

МЕНЮ

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

На 9.10.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор 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	
9 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша «Дружба»	260	200		5,26	11,66	25,06	226					28.60
Какао с молоком	497	200		5,00	4,40	31,70	186					29.24
Хлеб пшеничный	108	20		1,52	0,16	9,84	47					3.90
Печенье сахарное	590	100		7,50	9,80	74,40	417					13.75
Фрукт (апельсин)	112	170		1,53	0,34	13,77	73,00					47.76
ИТОГО:				20,81	26,36	154,77	949					123.25
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	9.96
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	8.09/8.74
Тефтели(ёжики)	390	100	100	12,22	19,68	14,66	285	12,22	19,68	14,66	285	37.95
Салат пестрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	3.41
Компот из кураги	512	200	200	1,30		23,76	96,00	1,30		23,76	96,00	8.67
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3.70
ИТОГО:				28,95	35,81	126,69	949,50	28,95	35,81	126,69	949,50	71.78/72.43

Повар Е.С.Р.

Завхоз Е.С.Р.

Мед.сестра Е.С.Р.



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.А. Родионова/

МЕНЮ

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

На 8.10.2025 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	
8 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша манная молочная с маслом	302	200		4,80	8,20	30,40	220					39.28
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					36.22
Компот из яблок и лимоном	509	200		0,50	0,20	22,20	93					6.72
Фрукт (банан)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					4.98
ИТОГО:				14,80	18,90	107,30	668,00					123.25
8 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп лапша с курицей	108	250	250	10,00	7,30	15,82	170	10,00	7,30	15,82	170	10.99
Жаркое по- домашнему	369	200	200	23,64	21,09	15,09	345	23,64	21,09	15,09	345	45.81
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	0.58
Компот из сухофруктов	508	200	200	0,50		27,00	110	0,50		27,00	110	4.92
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3.70
ИТОГО:				47,64	47,71	187,13	1372,7	40,26	33,86	95,09	848,3	66.05

Повар

Завхоз

Мед.сестра

МЕНЮ

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

На 10.10.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор 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	
10 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша рисовая молочная	330	200		4,98	11,80	32,14	256					
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					30.24
Чай с сахаром и лимоном	434	200		0,26	0,05	15,22	59					28.00
Фрукт (груша)	112	200		0,72	0,54	18,54	85					4.62
ИТОГО:				9,66	14,09	106,8	594					60.39
10 ДЕНЬ												123.25
ОБЕД												
Суп картофельный с мясными фрикадельками	123	250	250	6,67	6,99	18,45	167	6,67	6,99	18,45	167	18.34
Плов из птицы	291	200	200	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352	46.24/48.19
Салат из свеклы с раст.маслом	64	100	100	1,40	8,42	8,45	115	1,40	8,42	8,45	115	1.15
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3.70
Чай с сахаром	433	200	200	0,20	0,05	15,01	57	0,20	0,05	15,01	57	1.79
ИТОГО:				27,79	27,33	89,74	715,50	27,79	27,33	89,74	715,50	71.22/70.17

Повар Evg

Завхоз OD

Мед.сестра olep