

МЕНЮ

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

на 13.10.2025 г.



Директор 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 пшениная с маслом	267	200		7,80	9,46	35,80	284					26.98
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					28.00
Кофейный напиток с молоком	501	200		3,20	2,70	15,90	79					29.46
Фрукт (груша)	112	150		0,72	0,54	18,54	85					38.81
Итого:				15,42	14,4	111,14	642					123.25
1 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Борщ на к/б со сметаной	128	250	300	1,96	5,75	10,83	103	1,96	5,75	10,83	103	11.46
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6.67	5,98	41,85	254	8.74
Бефстроганов	151	100	100	17,55	12,40	5,68	205	17,5 5	12,40	5,68	205	44.06
Чай с сахаром	433	200	200	0,20	0,05	15,01	57	0,20	0,05	15,01	57	1.79
Хлеб ржаной	109	80	80	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,1 0	3.70
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	0.58
ИТОГО:				28,67	23,42	92,04	647,50	29,7 6	24,66	99,01	759,1 0	70.33

Повар И.А.Родионова

Завхоз И.А.Родионова

Мед.сестра И.А.Родионова

МЕНЮ

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

на 14.10.2025 г.



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	Энергет ическая ценност ь	
2 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					36.22
Каша «Дружба» с маслом	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
Фрукт (банан, яблоко)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					29.19
ИТОГО:				19,96	26,56	108,66	757,00					123.25
2 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп с мясными фрикадельками	123	250	300	6,67	6,99	18,45	167	6,67	6,99	18,45	167	18.34
Рагу из птицы	407	150	180	15,77	16,46	18,17	283	15,77	16,46	18,17	283	45.06
Винегрет овощной	76	100	100	1,30	10,80	6,80	130	1,30	10,80	6,80	130	11.45
Компот из яблок и лимоном	509	200	200	0,50	0,20	22,20	93	0,50	0,20	22,20	93	3.87
Хлеб ржаной	109	80	80	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3.70
ИТОГО:				26,52	34,69	80,38	743,50	26,52	34,69	80,38	743,50	82.42

Повар

Завхоз

Мед.сестра

МЕНЮ

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

на 15.10.2025 г.



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	
3 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Бутерброд с маслом	478	40		0,20	33,00	0,32	300,00					33.49
Каша гречневая с маслом	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	300	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 св. 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	80	80	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 16.10. 2025 г.



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 на к/б с перловкой	119	250	300	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	8.74
Куры(бедро) тушен.с овощами	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	80	80	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3.70
ИТОГО:				42,4	26,78	98,5	810,5	45,87	28,02	120,23	922,10	76.21

Повар

Завхоз

Мед.сестра

МЕНЮ

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

На 17.10.2025 г.



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	
5 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша овсяная 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					44.90
ИТОГО:				13,11	20,61	62,59	496					123.25
5 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп гороховый на к/б	118	250	300	5,48	4,74	19,74	146	5,48	4,74	19,74	146	9.96
Плов из птицы	291	150	180	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352	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	80	80	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	66.97

Повар

Завхоз

Мед.сестра