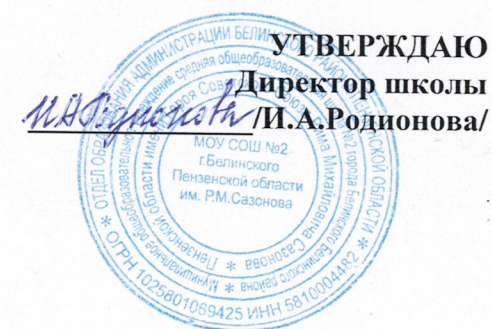


МЕНЮ

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

на 05.11.2025 г.



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					27,20
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					28,0
Кофейный напиток с молоком	501	200		3,20	2,70	15,90	79					28,46
Фрукт (груша)	112	150		0,72	0,54	18,54	85					38,58
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	11,52
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	8,85
Бефстроганов	151	100	100	17,55	12,40	5,68	205	17,5 5	12,40	5,68	205	43,17
Чай с сахаром	433	200	200	0,20	0,05	15,01	57	0,20	0,05	15,01	57	1,88
Хлеб ржаной	109	80	80	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,1 0	3,40
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	0,48
ИТОГО:				28,67	23,42	92,04	647,50	29,7 6	24,66	99,01	759,1 0	69,51

Повар Евф

Завхоз Евф

Мед.сестра Евф

МЕНЮ

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

на 06.11.2025 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	Энергет ическая ценност ь	
2 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					36,78
Каша «Дружба» с маслом	260	200		5,26	11,66	25,06	226					28,82
Какао с молоком	497	200		5,00	4,40	31,70	186					28,24
Фрукт (банан, яблоко)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					28,41
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	18,51
Рагу из птицы	407	150	180	15,77	16,46	18,17	283	15,77	16,46	18,17	283	43,17
Винегрет овощной	76	100	100	1,30	10,80	6,80	130	1,30	10,80	6,80	130	11,52
Компот из яблок и лимоном	509	200	200	0,50	0,20	22,20	93	0,50	0,20	22,20	93	4,23
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	81,13

Повар Евф

Завхоз Евф

Мед.сестра Евф

МЕНЮ

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

на 07.11.2025 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					34,13
Каша гречневая с маслом	445	200		8,75	6,62	43,07	270,00					15,31
Компот из кураги	512	200		1,30		23,76	96,00					12,86
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					60,95
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	9,89
Картофельное пюре	443	150	180	3,24	5,6	22,05	156	3,89	6,71	26,46	187	8,65
Котлеты из индейки	195	100	100	43,8	18,26	25,94	282	43,8	18,26	25,94	282	42,66
Салат из св. капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	0,48
Сок абрикосовый	518	200	200	1,00			110	1,00			110	10,60
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	75,98

Повар Евг

Завхоз ЕД

Мед.сестра Алекс

МЕНЮ

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

На 10.11.2025 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												
вафли	588	60		1,40	1,65	38,65	175					18,75
Макароны отварные с сыром	295	200		10,89	9,09	30,60	248					35,90
Чай с сахаром и лимоном	434	200		0,26	0,05	15,22	59					5,84
Хлеб пшеничный	108	30		1,52	0,16	9,84	47					3,90
Фрукт	112	150		1,53	0,34	13,77	73,00					109,61
ИТОГО:				15,6	11,29	108,08	602					174,00
4 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Щи на к/б со сметаной	142	250	300	2,01	6,48	8,14	99,00	2,01	6,48	8,14	99,00	12,32
Рис отварной	304	150	180	1,64	19,48	100,00	596,94	1,64	19,48	100,00	596,94	10,65
Котлеты рыбные	345	100	100	13,90	2,12	9,60	86	13,90	2,12	9,60	86	45,50
Винегрет овощной	76	100	100	1,30	10,80	6,80	130	1,30	10,80	6,80	130	11,52
Сок абрикосовый	518	200	200	1,00			110	1,00			110	10,60
Хлеб ржаной	109	80	80	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	94,28

Повар Евф

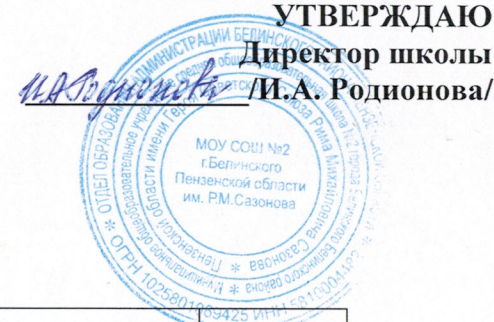
Завхоз ОД

Мед.сестра Шеф

МЕНЮ

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

На 11.11.2025 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 овсяная с маслом	321	200		5,55	10,46	23,97	213					28,51
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					36,78
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59					5,84
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					102,87
ИТОГО:				13,11	20,61	62,59	496					184,00
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	10,20
Плов из птицы	291	150	180	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352	45,18
Салат из свеклы с раст .маслом	64	100	100	1,40	8,42	8,45	115	1,40	8,42	8,45	115	1,10
Хлеб ржаной	109	80	80	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	4,97
Компот из сухофруктов	508	200	200	0,50		27,00	110	0,50		27,00	110	3,70
ИТОГО:				26,96	28,4	79,4	683,5	29,24	28,64	94,16	753,10	65,16

Повар Евг

Завхоз ОД

Мед.сестра Алеф

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

И.А. Родионова/

МЕНЮ

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

На 12.11.2025 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	
6 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Омлет	306	200		13,06	26,65	2,82	304,00					26,42
Бутерброд с маслом	478	40		0,20	33,00	0,32	300,00					34,13
Компот из изюма	512	200		0,41		25,16	98,00					12,57
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					100,58
ИТОГО:				14,27	60,25	41,8	773,00					124,00
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	11,37
Икра свекольная	439	100	100	3,56	4,53	15,09	116	3,56	4,53	15,09	116	1,10
Котлеты(биточки)	167	100	100	15,70	13,02	15,78	246	15,70	13,02	15,78	246	42,66
Пюре гороховое с маслом	418	150	180	17,12	5,27	34,07	252	17,12	5,27	34,07	252	9,15
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59	0,26	0,05	15,22	59	2,45
Хлеб ржаной	109	80	80	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	40,43

Повар Е.О.Завхоз О.О.Мед.сестра И.О.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы
И.А.Родионова/



МЕНЮ

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

на 13.11. 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												
Запеканка творожная	313	200		20,80	21,84	20,71	368					56,27
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					28,0
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					87,13
ИТОГО:				27,70	24,59	76,62	811					174,00
7 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	9,82
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	8,85
Куры(бедро) тушен.с овощами	207	100	100	30,56	11,80	1,12	234	30,56	11,80	1,12	234	50,92
Салат пестрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	3,40
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59	0,26	0,05	15,22	59	2,35
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	79,34

Повар Евс

Завхоз Б

Мед.сестра А

МЕНЮ

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

На 14.11.2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.А. Родионова/

И.А. Родионова

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

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					39,49
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					36,78
Компот из яблок и лимоном	509	200		0,50	0,20	22,20	93					7,99
Фрукт (банан)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					89,74
ИТОГО:				14,80	18,90	107,30	668,00					174,00
8 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп лапша с курицей	108	250	300	10,00	7,30	15,82	170	10,00	7,30	15,82	170	9,89
Жаркое по- домашнему	369	150	180	23,64	21,09	15,09	345	23,64	21,09	15,09	345	43,17
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	0,48
Компот из сухофруктов	508	200	200	0,50		27,00	110	0,50		27,00	110	4,97
Хлеб ржаной	109	80	80	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	62,21

Повар

Завхоз

Мед.сестра

МЕНЮ

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

На 17.11.2025 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	
9 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша «Дружба» с маслом	260	200		5,26	11,66	25,06	226					28,82
Какао с молоком	497	200		5,00	4,40	31,70	186					29,24
Хлеб пшеничный	108	30		1,52	0,16	9,84	47					3,90
Печенье сахарное	590	80		7,50	9,80	74,40	417					13,95
Фрукт (апельсин)	112	150		1,53	0,34	13,77	73,00					98,29
ИТОГО:				20,81	26,36	154,77	949					174,00
9 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп гороховый на к/б	118	250	300	5,48	4,74	19,74	146	5,48	4,74	19,74	146	10,20
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	8,85
Тефтели(ёжики)	390	100	100	12,22	19,68	14,66	285	12,22	19,68	14,66	285	34,68
Салат пестрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	3,40
Компот из кураги	512	200	200	1,30		23,76	96,00	1,30		23,76	96,00	10,84
Хлеб ржаной	109	80	80	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	71,70

Повар Евф

Завхоз Евф

Мед.сестра Евф

МЕНЮ

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

На 18.11.2025 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	
10 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша рисовая молочная с маслом	330	200		4,98	11,80	32,14	256					30,46
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					28,0
Чай с сахаром и лимоном	434	200		0,26	0,05	15,22	59					5,84
Фрукт (груша)	112	150		0,72	0,54	18,54	85					109,70
ИТОГО:				9,66	14,09	106,8	594					174,00
10 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп с мясными фрикадельками	123	250	330	6,67	6,99	18,45	167	6,67	6,99	18,45	167	18,51
Плов из птицы	291	150	180	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352	45,18
Салат из свеклы с раст .маслом	64	100	100	1,40	8,42	8,45	115	1,40	8,42	8,45	115	1,10
Хлеб ржаной	109	80	80	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	1,78
ИТОГО:				27,79	27,33	89,74	715,50	27,79	27,33	89,74	715,50	70,28

Повар Евдо

Завхоз Евдо

Мед.сестра Евдо