

МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
/И.А.Родионова/

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

на 9.02.2026 г.

| Наименование блюда, напитка | № 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 | |
| 1 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Каша пшеничная с маслом | 267 | 200 | | 7,80 | 9,46 | 35,80 | 284 | | | | | 27.23 |
| Пирожок с повидлом | 540 | 60 | | 3,70 | 1,70 | 40,90 | 194 | | | | | 33.35 |
| Кофейный напиток с молоком | 501 | 200 | | 3,20 | 2,70 | 15,90 | 79 | | | | | 29.36 |
| Фрукт (груша) | 112 | 150 | | 0,72 | 0,54 | 18,54 | 85 | | | | | 22.00 |
| ИТОГО: | | | | 15,42 | 14,4 | 111,14 | 642 | | | | | 111.94 |
| 1 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Борщ на к/б со сметаной | 128 | 250 | 300 | 1,96 | 5,75 | 10,83 | 103 | 1,96 | 5,57 | 10,83 | 103 | 15.81 |
| Макароны отварные | 447 | 150 | 180 | 5,48 | 4,98 | 34,88 | 212 | 6,67 | 5,98 | 41,85 | 254 | 8.24/8.89 |
| Бефстроганов | 151 | 100 | 100 | 17,55 | 12,40 | 5,68 | 205 | 17,55 | 12,40 | 5,68 | 205 | 53.48 |
| Чай с сахаром | 433 | 200 | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | 1.72 |
| Хлеб ржаной | 109 | 80 | 80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,10 | 3.70 |
| Салат из капусты | 81 | 100 | 100 | 1,56 | 4,99 | 7,66 | 83,20 | 1,56 | 4,99 | 7,66 | 83,20 | 2.75 |
| ИТОГО: | | | | 28,67 | 23,42 | 92,04 | 647,50 | 29,76 | 24,66 | 99,01 | 759,10 | 85.70/86.3 |

Повар Евф

Завхоз СР

Медсестра _____

МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
/И.А.Родионова/

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

на 10.02.2026г.

| Наименование блюда, напитка | № 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 | |
| 2 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром и маслом | 90 | 45 | | 6,70 | 9,50 | 9,90 | 153 | | | | | 37.51 |
| Каша «Дружба» с маслом | 260 | 200 | | 5,26 | 11,66 | 25,06 | 226 | | | | | 28.85 |
| Какао с молоком | 497 | 200 | | 5,00 | 4,40 | 31,70 | 186 | | | | | 29.14 |
| Фрукт (банан, яблоко) | 112 | 150 | | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192 | | | | | 16.44 |
| ИТОГО: | | | | 19,96 | 26,56 | 108,66 | 757,00 | | | | | 111.94 |
| 2 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Суп с мясными фрикадельками | 123 | 250 | 300 | 6,67 | 6,99 | 18,45 | 167 | 6,67 | 6,99 | 18,45 | 167 | 22.91 |
| Рагу из птицы | 407 | 150 | 180 | 15,77 | 16,46 | 18,17 | 283 | 15,77 | 16,46 | 18,17 | 283 | 45.56 |
| Винегрет овощной | 76 | 100 | 100 | 1,30 | 10,80 | 6,80 | 130 | 1,30 | 10,80 | 6,80 | 130 | 15.48 |
| Компот из яблок с лимоном | 509 | 200 | 200 | 0,50 | 0,20 | 22,20 | 93 | 0,50 | 0,20 | 22,20 | 93 | 4.35 |
| Хлеб ржаной | 109 | 80 | 80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,10 | 37.0 |
| ИТОГО: | | | | 26,52 | 34,69 | 80,38 | 743,50 | 26,52 | 34,69 | 80,38 | 743,50 | 92.00 |

Повар Егорова

Завхоз Сидорова

Медсестра _____

МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
/И.А.Родионова/

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

на 10.02.2026г.

| Наименование блюда, напитка | № 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 | |
| 2 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром и маслом | 90 | 45 | | 6,70 | 9,50 | 9,90 | 153 | | | | | 37.51 |
| Каша «Дружба» с маслом | 260 | 200 | | 5,26 | 11,66 | 25,06 | 226 | | | | | 28.85 |
| Какао с молоком | 497 | 200 | | 5,00 | 4,40 | 31,70 | 186 | | | | | 29.14 |
| Фрукт (банан, яблоко) | 112 | 150 | | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192 | | | | | 16.44 |
| ИТОГО: | | | | 19,96 | 26,56 | 108,66 | 757,00 | | | | | 111.94 |
| 2 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Суп с мясными фрикадельками | 123 | 250 | 300 | 6,67 | 6,99 | 18,45 | 167 | 6,67 | 6,99 | 18,45 | 167 | 22.91 |
| Рагу из птицы | 407 | 150 | 180 | 15,77 | 16,46 | 18,17 | 283 | 15,77 | 16,46 | 18,17 | 283 | 45.56 |
| Винегрет овощной | 76 | 100 | 100 | 1,30 | 10,80 | 6,80 | 130 | 1,30 | 10,80 | 6,80 | 130 | 15.48 |
| Компот из яблок с лимоном | 509 | 200 | 200 | 0,50 | 0,20 | 22,20 | 93 | 0,50 | 0,20 | 22,20 | 93 | 4.35 |
| Хлеб ржаной | 109 | 80 | 80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,10 | 37.0 |
| ИТОГО: | | | | 26,52 | 34,69 | 80,38 | 743,50 | 26,52 | 34,69 | 80,38 | 743,50 | 92.00 |

Повар Егорова

Завхоз Сидорова

Медсестра _____

МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
/И.А.Родионова/

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

на 11.02.2026 г.

| Наименование блюда, напитка | № 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 | |
| 3 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Бутерброды с маслом | 478 | 40 | | 0,20 | 33,00 | 0,32 | 300,00 | | | | | 34,89 |
| Каша гречневая с маслом | 445 | 200 | | 8,75 | 6,62 | 43,07 | 270,00 | | | | | 15,34 |
| Компот из кураги | 512 | 200 | | 1,30 | | 23,76 | 96,00 | | | | | 12,44 |
| Фрукт(яблоко) | 112 | 150 | | 0,60 | 0,60 | 13,50 | 71,00 | | | | | 49,77 |
| ИТОГО: | | | | 10,85 | 40,22 | 80,62 | 737,00 | | | | | 111,94 |
| 3 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Суп лапша с курицей | 108 | 250 | 300 | 10,00 | 7,30 | 15,82 | 170 | 10,00 | 7,30 | 15,82 | 170 | 12,55 |
| Картофельное пюре | 443 | 150 | 180 | 3,24 | 5,6 | 22,05 | 156 | 3,89 | 6,71 | 26,46 | 187 | 13,38 |
| Котлеты из индейки | 195 | 100 | 100 | 43,8 | 18,26 | 25,94 | 282 | 43,8 | 18,26 | 25,94 | 282 | 47,11 |
| Салат из св. капусты | 81 | 100 | 100 | 1,56 | 4,99 | 7,66 | 83,20 | 1,56 | 4,99 | 7,66 | 83,20 | 5,92 |
| 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 | 9,70 |
| ИТОГО: | | | | 61,88 | 36,39 | 86,23 | 871,7 | 64,81 | 37,74 | 105,4 | 972,3 | 93,61 |

Повар Евг

Завхоз С

Медсестра _____

МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
/И.А.Родионова/

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

на 12.02.2026 г.

| Наименование блюда, напитка | № 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 | |
| 4 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Вафли | 588 | 60 | | 1,40 | 1,65 | 38,65 | 175 | | | | | 27,18 |
| Макароны отварные с сыром | 295 | 200 | | 10,89 | 9,09 | 30,60 | 248 | | | | | 36,63 |
| Чай с сахаром и лимоном | 434 | 200 | | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | | | | | 5,43 |
| Хлеб пшеничный | 108 | 30 | | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | | | | | 5,65 |
| Фрукты апельсин | 112 | 150 | | 1,53 | 0,34 | 13,77 | 73,00 | | | | | 37,05 |
| ИТОГО: | | | | 15,6 | 11,29 | 108,08 | 602 | | | | | 111,94 |
| 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 | 15,89 |
| Рис отварной | 304 | 150 | 180 | 1,64 | 19,48 | 10,00 | 596,94 | 1,64 | 19,48 | 100,00 | 596,94 | 9,74/10,63 |
| Котлеты рыбные | 345 | 100 | 100 | 13,90 | 2,12 | 9,60 | 86 | 13,90 | 2,12 | 9,60 | 86 | 49,73 |
| Винегрет овощной | 76 | 100 | 100 | 1,30 | 10,80 | 6,80 | 130 | 1,30 | 10,80 | 6,80 | 130 | 15,48 |
| 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 | 370 |
| ИТОГО: | | | | 32,13 | 39,12 | 139,30 | 1092,30 | 32,13 | 39,12 | 139,30 | 1092,30 | 105,54/106,4 |

Повар Евгений

Завхоз [подпись]

Медсестра _____

МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
/И.А.Родионова/

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

на 13.02.2026.г.

| Наименование блюда, напитка | № 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 | |
| 5 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Каша овсяная с маслом | 321 | 200 | | 5,55 | 10,46 | 23,97 | 213 | | | | | 28,54 |
| Бутерброд с сыром и маслом | 90 | 45 | | 6,70 | 9,50 | 9,90 | 153 | | | | | 37,51 |
| Чай с сахаром и лимоном | 434 | 200 | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | | | | | 5,43 |
| Фрукт (яблоко) | 112 | 150 | | 0,60 | 0,60 | 13,50 | 71,00 | | | | | 40,46 |
| ИТОГО: | | | | 13,11 | 20,61 | 62,59 | 496 | | | | | 111,94 |
| 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 | 12,13 |
| Плов из птицы | 291 | 150 | 180 | 17,80 | 15,00 | 36,45 | 352 | 17,80 | 15,00 | 36,45 | 352 | 49,60/50,5 |
| Салат из свеклы с раст. маслом | 64 | 100 | 100 | 1,40 | 8,42 | 8,45 | 115 | 1,40 | 8,42 | 8,45 | 115 | 3,79 |
| 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 | 4,90 |
| ИТОГО: | | | | 26,96 | 28,4 | 79,4 | 683,5 | 29,24 | 28,64 | 94,16 | 753,10 | 74,12/75,0 |

Повар Евд

Завхоз Евд

Медсестра _____