

# МЕНЮ

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

на 10.03.2026г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

*И.А. Родионова* /И.А.Родионова/

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		
<b>2 ДЕНЬ</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153						34,39
Каша «Дружба» с маслом	260	200		5,26	11,66	25,06	226						28,49
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						16,92
<b>ИТОГО:</b>				19,96	26,56	108,66	757,00						111,94
<b>2 ДЕНЬ</b>													
<b>ОБЕД</b>													
Суп с мясными фрикадельками	123	250	300	6,67	6,99	18,45	167	6,67	6,99	18,45	167		23,13
Рагу из птицы	407	150	180	15,77	16,46	18,17	283	15,77	16,46	18,17	283		55,05
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		4,50
Хлеб ржаной	109	80	80	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10		3,70
<b>ИТОГО:</b>				26,52	34,69	80,38	743,50	26,52	34,69	80,38	743,50		101,86

Повар \_\_\_\_\_

Завхоз *И.А. Родионова* \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_

# МЕНЮ

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

на 11.03.2026 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

/И.А.Родионова/

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		
<b>3 ДЕНЬ</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
Бутерброды с маслом	478	40		0,20	33,00	0,32	300,00						34,39
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						49,22
<b>ИТОГО:</b>				10,85	40,22	80,62	737,00						111,94
<b>3 ДЕНЬ</b>													
<b>ОБЕД</b>													
Суп лапша с курицей	108	250	300	10,00	7,30	15,82	170	10,00	7,30	15,82	170		12,92
Картофельное пюре	443	150	180	3,24	5,6	22,05	156	3,89	6,71	26,46	187		16,12
Котлеты из индейки	195	100	100	43,8	18,26	25,94	282	43,8	18,26	25,94	282		46,98
Салат из кваш.капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20		20,55
Сок абрикосовый	518	200	200	1,00			110	1,00			110		4,00
Хлеб ржаной	109	80	80	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10		3,70
<b>ИТОГО:</b>				61,88	36,39	86,23	871,7	64,81	37,74	105,4	972,3		111,22

Повар \_\_\_\_\_

Завхоз ЕФ

Медсестра \_\_\_\_\_



