

# МЕНЮ

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

на 23.03.2026 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  
И.А. Родимова

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>1 ДЕНЬ</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каша пшеничная с маслом	267	200		7,80	9,46	35,80	284					28,87
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					22,36
<b>ИТОГО:</b>				15,42	14,4	111,14	642					141,94
<b>1 ДЕНЬ</b>												
<b>ОБЕД</b>												
Борщ на к/б со сметаной	128	250	300	1,96	5,75	10,83	103	1,96	5,57	10,83	103	16,05
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	43,94
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 кваш. капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	22,83
<b>ИТОГО:</b>				28,67	23,42	92,04	647,50	29,76	24,66	99,01	759,10	96,48/97,13

Повар \_\_\_\_\_

Завхоз CP

Медсестра \_\_\_\_\_







# МЕНЮ

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

на 27.03.2026 г.



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>5 ДЕНЬ</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
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						37.39
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59						5.54
Фрукт (яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00						40.47
<b>ИТОГО:</b>				13,11	20,61	62,59	496						111.94
<b>5 ДЕНЬ</b>													
<b>ОБЕД</b>													
Суп гороховый на к/б	118	250	300	5,48	4,74	19,74	146	5,48	4,74	19,74	146		12.40
Плов из птицы	291	150	180	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352		44.94/45.84
Салат из свеклы с раст. маслом	64	100	100	1,40	8,42	8,45	115	1,40	8,42	8,45	115		3.84
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
<b>ИТОГО:</b>				26,96	28,4	79,4	683,5	29,24	28,64	94,16	753,10		71.78/72.68

Повар \_\_\_\_\_

Завхоз *ЕД* \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_