

# МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  
\_\_\_\_\_/И.А.Родионова/

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

на 01.09.2026г.

| Наименование блюда, напитка | №<br>рецепт<br>уры | Выход,<br>г. 7-11<br>лет | Выход, г.<br>12-17<br>лет | Содержание основных питательных веществ |       |          |                                        |           |       |          |                                        | Цена   |
|-----------------------------|--------------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------------------------|-------|----------|----------------------------------------|-----------|-------|----------|----------------------------------------|--------|
|                             |                    |                          |                           | 7-11 лет                                |       |          |                                        | 12-17 лет |       |          |                                        |        |
|                             |                    |                          |                           | белки                                   | жиры  | углеводы | Энерге<br>тичес<br>кая<br>ценно<br>сть | белки     | жиры  | углеводы | Энерге<br>тичес<br>кая<br>ценно<br>сть |        |
| 2 ДЕНЬ                      |                    |                          |                           |                                         |       |          |                                        |           |       |          |                                        |        |
| ЗАВТРАК                     |                    |                          |                           |                                         |       |          |                                        |           |       |          |                                        |        |
| Бутерброд с сыром и маслом  | 90                 | 45                       |                           | 6,70                                    | 9,50  | 9,90     | 153                                    |           |       |          |                                        | 36.35  |
| Каша «Дружба» с маслом      | 260                | 200                      |                           | 5,26                                    | 11,66 | 25,06    | 226                                    |           |       |          |                                        | 27.89  |
| Какао с молоком             | 497                | 200                      |                           | 5,00                                    | 4,40  | 31,70    | 186                                    |           |       |          |                                        | 28.81  |
| Фрукт (банан, яблоко)       | 112                | 150                      |                           | 3,00                                    | 1,00  | 42,00    | 192                                    |           |       |          |                                        | 18.89  |
| 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                                    | 20.44  |
| Рагу из птицы               | 407                | 150                      | 180                       | 15,77                                   | 16,46 | 18,17    | 283                                    | 15,77     | 16,46 | 18,17    | 283                                    | 51.56  |
| Винегрет овощной            | 76                 | 100                      | 100                       | 1,30                                    | 10,80 | 6,80     | 130                                    | 1,30      | 10,80 | 6,80     | 130                                    | 15.95  |
| Компот из яблок с лимоном   | 509                | 200                      | 200                       | 0,50                                    | 0,20  | 22,20    | 93                                     | 0,50      | 0,20  | 22,20    | 93                                     | 4.91   |
| Хлеб ржаной                 | 109                | 80                       | 80                        | 2,28                                    | 0,24  | 14,76    | 70,5                                   | 4,56      | 0,48  | 29,52    | 140,10                                 | 4.10   |
| ИТОГО:                      |                    |                          |                           | 26,52                                   | 34,69 | 80,38    | 743,50                                 | 26,52     | 34,69 | 80,38    | 743,50                                 | 96.96  |

Повар \_\_\_\_\_

Завхоз  \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_



# МЕНЮ

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

на 02.09.2026 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  
/И.А.Родионова/

| Наименование блюда, напитка | №<br>рецепт<br>уры | Выход,<br>г. 7-11<br>лет | Выход, г.<br>12-17<br>лет | Содержание основных питательных веществ |       |          |                                        |           |       |          |                                        | Цена   |
|-----------------------------|--------------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------------------------|-------|----------|----------------------------------------|-----------|-------|----------|----------------------------------------|--------|
|                             |                    |                          |                           | 7-11 лет                                |       |          |                                        | 12-17 лет |       |          |                                        |        |
|                             |                    |                          |                           | белки                                   | жиры  | углеводы | Энерге<br>тичес<br>кая<br>ценно<br>сть | белки     | жиры  | углеводы | Энерге<br>тичес<br>кая<br>ценно<br>сть |        |
| 3 ДЕНЬ                      |                    |                          |                           |                                         |       |          |                                        |           |       |          |                                        |        |
| ЗАВТРАК                     |                    |                          |                           |                                         |       |          |                                        |           |       |          |                                        |        |
| Бутерброды с маслом         | 478                | 40                       |                           | 0,20                                    | 33,00 | 0,32     | 300,00                                 |           |       |          |                                        | 33.46  |
| Каша гречневая с маслом     | 445                | 200                      |                           | 8,75                                    | 6,62  | 43,07    | 270,00                                 |           |       |          |                                        | 12.73  |
| Компот из кураги            | 512                | 200                      |                           | 1,30                                    |       | 23,76    | 96,00                                  |           |       |          |                                        | 12.94  |
| Фрукт(яблоко)               | 112                | 150                      |                           | 0,60                                    | 0,60  | 13,50    | 71,00                                  |           |       |          |                                        | 52.78  |
| 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                                    | 14.71  |
| Картофельное пюре           | 443                | 150                      | 180                       | 3,24                                    | 5,6   | 22,05    | 156                                    | 3,89      | 6,71  | 26,46    | 187                                    | 16.44  |
| Котлеты из индейки          | 195                | 100                      | 100                       | 43,8                                    | 18,26 | 25,94    | 282                                    | 43,8      | 18,26 | 25,94    | 282                                    | 38.44  |
| Салат из свежей капусты     | 81                 | 100                      | 100                       | 1,56                                    | 4,99  | 7,66     | 83,20                                  | 1,56      | 4,99  | 7,66     | 83,20                                  | 6.04   |
| Сок абрикосовый             | 518                | 200                      | 200                       | 1,00                                    |       |          | 110                                    | 1,00      |       |          | 110                                    | 12.00  |
| Хлеб ржаной                 | 109                | 80                       | 80                        | 2,28                                    | 0,24  | 14,76    | 70,5                                   | 4,56      | 0,48  | 29,52    | 140,10                                 | 4.10   |
| ИТОГО:                      |                    |                          |                           | 61,88                                   | 36,39 | 86,23    | 871,7                                  | 64,81     | 37,74 | 105,4    | 972,3                                  | 91.70  |

Повар \_\_\_\_\_

Завхоз                     

Медсестра \_\_\_\_\_



# МЕНЮ

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

на 03.09.2026 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

/И.А.Родионова/

| Наименование блюда, напитка | №<br>рецепт<br>уры | Выход,<br>г. 7-11<br>лет | Выход, г.<br>12-17<br>лет | Содержание основных питательных веществ |       |          |                                |           |       |          |                                | Цена          |
|-----------------------------|--------------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------------------------|-------|----------|--------------------------------|-----------|-------|----------|--------------------------------|---------------|
|                             |                    |                          |                           | 7-11 лет                                |       |          |                                | 12-17 лет |       |          |                                |               |
|                             |                    |                          |                           | белки                                   | жиры  | углеводы | Энерге<br>тическая<br>ценность | белки     | жиры  | углеводы | Энерге<br>тическая<br>ценность |               |
| 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                            |           |       |          |                                | 36.04         |
| Чай с сахаром и лимоном     | 434                | 200                      |                           | 0,26                                    | 0,05  | 15,22    | 59                             |           |       |          |                                | 5.85          |
| Хлеб пшеничный              | 108                | 30                       |                           | 1,52                                    | 0,16  | 9,84     | 47                             |           |       |          |                                | 4.30          |
| Фрукты апельсин             | 112                | 150                      |                           | 1,53                                    | 0,34  | 13,77    | 73,00                          |           |       |          |                                | 47.00         |
| 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                          | 17.93         |
| Рис отварной                | 304                | 150                      | 180                       | 1,64                                    | 19,48 | 10,00    | 596,94                         | 1,64      | 19,48 | 100,00   | 596,94                         | 9.23/10.13    |
| Котлеты рыбные              | 345                | 100                      | 100                       | 13,90                                   | 2.12  | 9,60     | 86                             | 13,90     | 2,12  | 9,60     | 86                             | 56.65         |
| Винегрет овощной            | 76                 | 100                      | 100                       | 1,30                                    | 10,80 | 6,80     | 130                            | 1,30      | 10,80 | 6,80     | 130                            | 15.95         |
| Сок абрикосовый             | 518                | 200                      | 200                       | 1,00                                    |       |          | 110                            | 1,00      |       |          | 110                            | 12.00         |
| Хлеб ржаной                 | 109                | 80                       | 80                        | 2,28                                    | 0,24  | 14,76    | 70,5                           | 4,56      | 0,48  | 29,52    | 140,10                         | 4.10          |
| ИТОГО:                      |                    |                          |                           | 32,13                                   | 39,12 | 139,30   | 1092,30                        | 32,13     | 39,12 | 139,30   | 1092,30                        | 115.86/116.76 |

Повар \_\_\_\_\_

Завхоз СР

Медсестра \_\_\_\_\_



# МЕНЮ

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

на 04.09.2026.г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

И.А.Родионова



| Наименование блюда, напитка    | №<br>рецепт<br>уры | Выход,<br>г. 7-11<br>лет | Выход, г.<br>12-17<br>лет | Содержание основных питательных веществ |       |          |                                        |           |       |          |                                        | Цена     |
|--------------------------------|--------------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------------------------|-------|----------|----------------------------------------|-----------|-------|----------|----------------------------------------|----------|
|                                |                    |                          |                           | 7-11 лет                                |       |          |                                        | 12-17 лет |       |          |                                        |          |
|                                |                    |                          |                           | белки                                   | жиры  | углеводы | Энерге<br>тичес<br>кая<br>ценно<br>сть | белки     | жиры  | углеводы | Энерге<br>тичес<br>кая<br>ценно<br>сть |          |
| 5 ДЕНЬ                         |                    |                          |                           |                                         |       |          |                                        |           |       |          |                                        |          |
| ЗАВТРАК                        |                    |                          |                           |                                         |       |          |                                        |           |       |          |                                        |          |
| Каша овсяная с маслом          | 321                | 200                      |                           | 5,55                                    | 10,46 | 23,97    | 213                                    |           |       |          |                                        | 33.43    |
| Бутерброд с сыром и маслом     | 90                 | 45                       |                           | 6,70                                    | 9,50  | 9,90     | 153                                    |           |       |          |                                        | 36.35    |
| Чай с сахаром и лимоном        | 434                | 200                      | 200                       | 0,26                                    | 0,05  | 15,22    | 59                                     |           |       |          |                                        | 5.85     |
| Фрукт (яблоко)                 | 112                | 150                      |                           | 0,60                                    | 0,60  | 13,50    | 71,00                                  |           |       |          |                                        | 36.31    |
| 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                                    | 13.91    |
| Плов из птицы                  | 291                | 150                      | 180                       | 17,80                                   | 15,00 | 36,45    | 352                                    | 17,80     | 15,00 | 36,45    | 352                                    | 43.67/49 |
| Салат из свеклы с раст. маслом | 64                 | 100                      | 100                       | 1,40                                    | 8,42  | 8,45     | 115                                    | 1,40      | 8,42  | 8,45     | 115                                    | 4.36     |
| Хлеб ржаной                    | 109                | 80                       | 80                        | 2,28                                    | 0,24  | 14,76    | 70,5                                   | 4,56      | 0,48  | 29,52    | 140,10                                 | 4.10     |
| Компот из сухофруктов          | 508                | 200                      | 200                       | 0,50                                    |       | 27,00    | 110                                    | 0,50      |       | 27,00    | 110                                    | 5.27     |
| ИТОГО:                         |                    |                          |                           | 26,96                                   | 28,4  | 79,4     | 683,5                                  | 29,24     | 28,64 | 94,16    | 753,10                                 | 71.34/72 |
|                                |                    |                          |                           |                                         |       |          |                                        |           |       |          |                                        |          |

Повар \_\_\_\_\_

Завхоз                     

Медсестра \_\_\_\_\_