

МЕНЮ

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

на 21.09.2026 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
/И.А.Родионова/

Наименование блюда, напитка	№ 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	углеводы	Энерге тичес кая ценно сть	белки	жиры	углеводы	Энерге тичес кая ценно сть	
6 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Омлет	306	200		13,06	26,65	2,82	304,00					25.51
Бутерброд с маслом	478	40		0,20	33,00	0,32	300,00					33.46
Компот из изюма	512	200		0,41		25,16	98,00					12.28
Фрукт (яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					40.69
ИТОГО:				14,27	60,25	41,8	773,00					111.94
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	17.66
Икра свекольная	439	100	100	3,56	4,53	15,09	116	3,56	4,53	15,09	116	4.53
Котлеты(биточки)	167	100	100	15,70	13,02	15,78	246	15,70	13,02	15,78	246	38.41
Пюре гороховое с маслом	418	150	180	17,12	5,27	34,07	252	17,12	5,27	34,07	252	8.63/9.23
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59	0,26	0,05	15,22	59	1.92
Хлеб ржаной	109	80	80	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	4.10
ИТОГО:				41,00	28,31	107,72	849,50	41,00	28,31	107,72	849,50	76.25/76.85

Повар Е

Завхоз Б

Медсестра А

МЕНЮ

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

на 22.09.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

/И.А.Родионова/



Наименование блюда, напитка	№ 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	углеводы	Энерге тичес кая ценно сть	белки	жиры	углеводы	Энерге тичес кая ценно сть	
7 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Запеканка творожная	313	200		20,80	21,84	20,71	368					48.16
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					37.70
Чай с сахаром	433	200		0,20	0,05	15,11	57					3.02
Фрукты (банан, яблоко)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					23.06
ИТОГО:				27,70	24,59	76,62	811					111.94
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	13.56
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	878/9.59
Куры(бедро) тушён. с овощами	207	100	100	30,56	11,80	1,12	234	30,56	11,80	1,12	234	50.86
Салат пёстрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	6.61
Чай с сахаром	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59	0,26	0,05	15,22	59	2.92
Хлеб ржаной	109	80	80	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	4.10
ИТОГО:				42,4	26,78	98,5	810,5	42,4	26,78	98,5	810,5	86.83/87.68

Повар

Завхоз

Медсестра

МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
/И.А.Родионова/

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

на 23.09.2026 г.



Наименование блюда, напитка	№ 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	углеводы	Энерге тичес кая ценно сть	белки	жиры	углеводы	Энерге тичес кая ценно сть	
8 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша манная молочная с маслом	302	200		4,80	8,20	30,40	220					38.56
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					36.35
Компот из яблок с лимоном	509	200		0,50	0,20	22,20	93					8.87
Фрукт (банан)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					28.26
ИТОГО:				14,80	18,90	107,30	668,00					111.94
8 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
Жаркое по – домашнему	369	150	180	23,64	21,09	15,09	345	23,64	21,09	15,09	345	52.51
Салат из свежей капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	4.01
Компот из сухофруктов	508	200	200	0,50		27,00	110	0,50		27,00	110	5.27
Хлеб ржаной	109	80	80	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	4.10
ИТОГО:				47,64	47,71	187,13	1372,7	40,26	33,86	95,09	848,3	80.60

Повар Е✓

Завхоз ОБ

Медсестра ОБ

МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

/И.А.Родионова/

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

на 24.09.2026 г.



Наименование блюда, напитка	№ 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	углеводы	Энерге тическая ценность	белки	жиры	углеводы	Энерге тическая ценность	
9 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
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
Хлеб пшеничный	108	30		1,52	0,16	9,84	47					4.30
Печенье сахарное	590	80		7,50	9,80	74,40	417					14.75
Фрукт (апельсин)	112	150		1,53	0,34	13,77	73,00					36.19
ИТОГО:				20,81	26,36	154,77	949					111.94
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	13.91
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	8.78/9.59
Тефтели (ёжики)	390	100	100	12,22	19,68	14,66	285	12,22	19,68	14,66	285	47.27
Салат пёстрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	6.61
Компот из кураги	512	200	200	1,30		23,76	96,00	1,30		23,76	96,00	8.87
Хлеб ржаной	109	80	80	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	4.10
ИТОГО:				28,95	35,81	126,69	949,50	28,95	35,81	126,69	949,50	89.54/90.39

Повар 81Завхоз 89Медсестра 89

МЕНЮ

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

на 25.09.2026 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

/И.А.Родионова/

Наименование блюда, напитка	№ 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	углеводы	Энерге тичес кая ценно сть	белки	жиры	углеводы	Энерге тичес кая ценно сть	
10 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша рисовая молочная с маслом	330	200		4,98	11,80	32,14	256					29.52
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					37.70
Чай с сахаром и лимоном	434	200		0,26	0,05	15,22	59					5.85
Фрукт (груша)	112	150		0,72	0,54	18,54	85					38.87
ИТОГО:				9,66	14,09	106,8	594					111.94
10 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп с мясными фрикадельками	123	250	330	6,67	6,99	18,45	167	6,67	6,99	18,45	167	20.44
Плов из птицы	291	150	180	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352	43.67/44.57
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
Чай с сахаром	433	200	200	0,20	0,05	15,01	57	0,20	0,05	15,01	57	2.08
ИТОГО:				27,79	27,33	89,74	715,50	27,79	27,33	89,74	715,50	74.65/75.55

Повар ey

Завхоз CO

Медсестра Родионова