

Утверждаю
Директор МБОУ «Белогорская ООШ»

Е.Г.Кузнецова



Меню 1 -9 класс.

1 неделя :5 день

28.01.2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-4 кл	Вес блюда 5-9кл	Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Салат из капусты с морковью	60	100	81,5	136
	Каша перловая рассыпчатая	150	180	192,9	201.5
	Гуляш из говядины	90	100	212,5	236
	Напиток «Витошка»	200			
	Чай с сахаром витаминизированный		200		26.8
	Хлеб пшеничный	37,5	50	44	58.75
	Хлеб ржано-пшеничный	20	30	30,17	45.26
	Плоды или ягоды (апельсин)	200		70	

Повар:  Шведкая Л.П.

Утверждаю
Директор МБОУ «Белогорская ООШ»
Е.Г.Кузнецова

Меню 1-9 класс(ОВЗ)

1 неделя :5 день

28.01.2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-4 кл	Вес блюда 5-9кл	Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Салат из капусты с морковью	60	100	81,5	136
	Каша перловая рассыпчатая	150	180	192,9	201.5
	Гуляш из говядины	90	100	212,5	236
	Напиток «Витошка»	200			
	Чай с сахаром витаминизированный		200		26.8
	Хлеб пшеничный	37,5	50	44	58.75
	Хлеб ржано-пшеничный	20	30	30,17	45.26
	Фрукты или ягоды (апельсин)	200		70	
Итого за завтрак				587,87	568.31
2 завтрак	йогурт	100		58.1	
	Фрукты (банан)		200		118.6

Повар:  Шведкая Л.П.