

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



Меню 5-9 класс (обз)

2 неделя : 2 день

05.10.2021г.

№	Рецепты	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества				Вес	Наименование блюда	Прием пищи
			б	ж	у	к			
								Завтрак	
54-193-	2020	74,8	0,1	8,2	0,1	10	Масло сливочное		
54-16к-	2020	178		6,9	5	200	Каша молочная «Дружба»		
54-2гн-	2020	26,8		6,5	0,2	200	Чай с сахаром витаминизированный		
						50	Хлеб пшеничный		
	110	45,26		0,33	1,65	30	Хлеб ржано-пшеничный		
	89	45		0,4	0,4	100	Плоды или ягоды (яблоко)		
		493,01		19,53	12,85	590		Итого за завтрак	
	159	92		0,2	0,2	200	Сок фруктовый	2 завтрак	

Повар: Шведкая Л.П.



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

Меню 5-9 класс.

2 неделя : 2 день

05.10.2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-2020
	Каша молочная «Дружба»	200	5	6,9	23,9	178	54-16к-2020
	Чай с сахаром витаминизированный	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн-2020
	Хлеб пшеничный	50	1,9	0,2	12,3	58,75	108
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,33	7,88	45,26	110
	Плоды или ягоды (яблоко)	100	0,4	0,4	10,4	45	89
Итого за завтрак		590	12,85	19,53	65,78	493,01	

Повар: Шведкая Л.П.



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

Меню 1-4 класс (овз)

2 неделя :2 день

05.10.2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-2020
	Каша молочная «Дружба»	150	3,75	5,18	17,9	133,5	54-16к-2020
	Чай с сахаром витаминизированный	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн-2020
	Хлеб пшеничный	37,5	1,43	0,15	9,23	44	108
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	5,25	30,17	110
	Плоды или ягоды (яблоко)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	89
Итого за завтрак		567,5	7,18	14,33	54,58	376,77	
2 завтрак	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	159

Повар: Шведкая Л.П. Шведкая Л.П.

Утверждаю
Директор МБОУ «Белогорская ООШ»

Е.Г.Кузнецова

Меню 1 -4 класс.

2 неделя :2 день

05.10.2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-2020
	Каша молочная «Дружба»	150	3,75	5,18	17,9	133,5	54-16к-2020
	Чай с сахаром витаминизированный	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн-2020
	Хлеб пшеничный	37,5	1,43	0,15	9,23	44	108
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	5,25	30,17	110
	Плоды или ягоды (яблоко)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	89
Итого за завтрак		567,5	7,18	14,33	54,58	376,77	

Повар:  Шведкая Л.П.