

Меню 1-4 класс.

2 неделя: 5 день

10.09.2021г.

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



№	Рецепты	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества			Вес блюда	Наименование блюда	Прием пищи
			б	ж	у			
54-21з-2020	54-21з-2020	31,35	6,15	0,15	1,2	60	Кукруза сладкая	Завтрак
54-11г-2020	54-11г-2020	72,9	9,85	3	1,55	75	Картофельное пюре	Завтрак
54-8г-2020	54-8г-2020	59,35	7,25	2,5	1,8	75	Капуста тушеная	
209	209	135	8,07	8,96	10,7	90	Шницель куриный	
54-2гн-2020	54-2гн-2020	26,8	6,5	0,2	0,2	200	Чай с сахаром витаминизированный	
108	108	44	9,23	0,15	1,43	37,5	Хлеб пшеничный	
110	110	30,17	5,25	0,2	1,1	20	Хлеб ржанопшеничный	
89	89	67,5	15,6	0,6	0,6	150	Плоды или ягоды (яблоко)	
		467,07	67,9	15,56	18,58	707,5	Итого за завтрак	

Повар: Шведкая Л.П.



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

Меню 1 -4 класс(овз)

2 неделя :5 день

10.09.2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Кукуруза сладкая	60	1,2	0,15	6,15	31,35	54-21з-2020
	Картофельное пюре	75	1,55	3	9,85	72,9	54-11г-2020
	Капуста тушеная	75	1,8	2,5	7,25	59,35	54-8г-2020
	Шницель куриный	90	10,7	8,96	8,07	135	209
	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		707,5	18,58	15,56	67,9	467,07	
2 завтрак	йогурт	100	3,4	2,5	5,5	58,1	пром

Повар: *Шведкая* Шведкая Л.П.



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

Меню 5-9 класс.

2 неделя : 5 день

10.09.2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Кукуруза сладкая	100	2	0,25	10,25	52,25	54-21з-2020
	Картофельное пюре	90	1,86	3,6	11,82	87,48	54-11г-2020
	Капуста тушеная	90	2,16	3	8,7	71,22	54-8г-2020
	Шницель куриный	100	11,89	9,2	8,97	150	209
	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
Итого за завтрак		660	21,66	16,58	66,42	491,76	

Повар: Шведкая Л.П.



Утверждаю

Директор МБОУ «Белогорская ООШ»

Е.Г.Кузнецова

Меню 5-9 класс (овз)

2 неделя : 5 день

10.09.2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Кукуруза сладкая	100	2	0,25	10,25	52,25	54-21з-2020
	Картофельное пюре	90	1,86	3,6	11,82	87,48	54-11г-2020
	Капуста тушенная	90	2,16	3	8,7	71,22	54-8г-2020
	Шницель куриный	100	11,89	9,2	8,97	150	209
	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
Итого за завтрак		660	21,66	16,58	66,42	491,76	
2 завтрак	Сок фруктовый	200	1	0.2	20,2	92	159

Повар: Шведкая Л.П.