

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

Меню 5-9 класс (овз)

1 неделя :1 день

11.10.2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Сыр твердый	30	7	4,4		107,5	54-1з-2020
	Каша вязкая молочная овсяная	250	10,7	15,9	42,7	357,1	54-9к-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
Итого завтрак		560	21,45	25,23	79,78	595,41	89
2 завтрак	Сок фруктовый	200	1	0.2	20,2	92	159

Повар: Шведкая Л.П.



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

Меню 5-9 класс.

1 неделя :1 день

11.10.2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Сыр твердый	30	7	4,4		107,5	54-1з-2020
	Каша вязкая молочная овсяная	250	10,7	15,9	42,7	357,1	54-9к-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
Итого завтрак		560	21,45	25,23	79,78	595,41	89

Повар: Шведкая Л.П.

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



Меню 1-4 класс (ОВЗ)

11.10.2021г.

1 неделя: 1 день

№	Рецепты	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества			Вес блюда	Наименование блюда	Прием пищи
			б	ж	у			
54-13-	2020	53,7		4,4		15	Сыр твердый	Завтрак
54-	9к-2020	285,8		12,8	8,6	200	Каша вязкая молочная овсяная	Завтрак
54-	2гн-2020	26,8		6,5	0,2	200	Чай с сахаром витаминизированный	
108		44	9,23	0,15	1,43	37,5	Хлеб пшеничный	
110		30,17	5,25	0,2	1,1	20	Хлеб ржано-пшеничный	
89		67,5	15,6	0,6	0,6	150	Плоды или ягоды (Яблоко)	
		507,97	70,78	18,15	15,43	622,5	Итого	
159		92	20,2	0,2	1	200	Сок фруктовый	

Повар: Шведкая Л.П.

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

Меню 1-4 класс.

1 неделя: 1 день

№ 10.2021г.

№ Энерге	тип еская	ценнос	ты	Энерге (ккал)	Пищевые вещества				Вес блюда	Наименование блюда	Прием пищи
					Б	Ж	У				
54-13-2020	Рец	птры							15	Сыр твердый	Завтрак
54-9к-2020									200	каша вязкая молочная овсяная	
54-2гн-2020									200	чай с сахаром витаминизированный	
108									37,5	Хлеб пшеничный	
110									20	Хлеб ржано-пшеничный	
89									150	Фрукты или ягоды (Яблоко)	
									622,5		Итого завтрак

Повар:  Шведская Л.Л.