



Утверждаю

Директор МБОУ «Белогорская ООШ»

*Е.Г.Кузнецова*  
Е.Г.Кузнецова

## Меню 5-9 класс (овз)

2 неделя : 2 день

19.10.2021г.

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
	Фрукты или ягоды (яблоко)	100	0,4	0,4	10,4	45	89
Итого за завтрак		590	12,85	19,53	65,78	493,01	
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 5-9 класс.

2 неделя : 2 день

19.10.2021г.

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  
Е.Г.Кузнецова

## Меню 1-4 класс (овз)

2 неделя :2 день

19.10.2021г.

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

19.10.2021г.

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. Шведкая Л.П.