



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

Меню 5-9 класс (овз)

2 неделя : 5 день

22.10.2021г.

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	54-213-2020
	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	
2 завтрак	Сок фруктовый	200	1	0.2	20,2	92	159

Повар: Шведкая Л.П.

Меню 5-9 класс.

2 неделя : 5 день

22.10.2021г.

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

Утверждаю



№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества			Вес блюда	Наименование блюда	Завтрак	Итого за завтрак
		Б	Ж	У				
54-213-2020		2	0,25	10,25	100	Кукурруза сладкая	Завтрак	
54-11г-2020		1,86	3,6	11,82	90	Картофельное пюре		
54-8г-2020		2,16	3	8,7	90	Капуста тушеная		
54-2гн-2020		11,89	9,2	8,97	100	Шницель куриный		
54-2гн-2020		0,2		6,5	200	Чай с сахаром витаминизированный		
108		1,9	0,2	12,3	50	Хлеб пшеничный		
110		1,65	0,33	7,88	30	Хлеб ржано-пшеничный		
		21,66	16,58	66,42	660			491,76

Повар: Шведкая Л.Л.



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

Меню 1 -4 класс(овз)

2 неделя :5 день

22.10.2021г.

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 Л.П.

Меню 1-4 класс.

2 неделя: 5 день

22.10.2021г.

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



№ Рецепты	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества			Вес блюда	Наименование блюда	Прием пищи
		б	ж	у			
54-213-2020					60	Кукруза сладкая	Завтрак
54-11г-2020					75	Картофельное пюре	Завтрак
54-8г-2020					75	Капуста тушеная	
209					90	Шницель куриный	
54-2гн-2020					200	Чай с сахаром витаминизированный	
108					37,5	Хлеб пшеничный	
110					20	Хлеб ржанопшеничный	
89					150	Фрукты или ягоды (яблоко)	
	467,07	67,9	15,56	18,58	707,5	Итого за завтрак	

Повар: *Lucy* Шведкая Л.П.