



Утверждаю

Директор МБОУ «Белогорская ООШ»

Е.Г.Кузнецова

## Меню 1-9 класс.

1 неделя :3 день

22.12.2021г.

| Прием пищи | Наименование блюда                | Вес блюда 1-4кл. | Вес блюда 5-9кл. | Энергетическая ценность (ккал) | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------|-----------------------------------|------------------|------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| Завтрак    | Салат из моркови и яблок          | 60               | 100              | 74,25                          | 123.8                          |
|            | Картофельное пюре                 | 150              | 180              | 145,8                          | 194.4                          |
|            | Рыба, тушенная в томате с овощами | 90               | 100              | 132,4                          | 147.14                         |
|            | Компот из сухофруктов             | 200              | 200              | 81                             | 81                             |
|            | Хлеб пшеничный                    | 37,5             | 50               | 44                             | 58.75                          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный              | 20               | 30               | 30,17                          | 45.26                          |
|            | Фрукты или ягоды (банан)          | 200              |                  | 118,6                          |                                |
| доп.       | йогурт питьевой молочн.           | 290              |                  | 870                            |                                |
| доп.       | сок фруктовый                     | 950              |                  | 437                            |                                |
| доп.       | яблоко                            | 100              |                  | 23                             |                                |

Повар: Шведкая Л.П.

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



## Меню 1 -9 класс(ОВЗ)

1 неделя :3 день

22.12.2021г.

| Прием пищи    | Наименование блюда                | Вес блюда 1-4кл. | Вес блюда 5-9кл. | Энергетическая ценность (ккал) | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------|-----------------------------------|------------------|------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| Завтрак       | Салат из моркови и яблок          | 60               | 100              | 74,25                          | 123.8                          |
|               | Картофельное пюре                 | 150              | 180              | 145,8                          | 194.4                          |
|               | Рыба, тушенная в томате с овощами | 90               | 100              | 132,4                          | 147.14                         |
|               | Компот из сухофруктов             | 200              | 200              | 81                             | 81                             |
|               | Хлеб пшеничный                    | 37,5             | 50               | 44                             | 58.75                          |
|               | Хлеб ржано-пшеничный              | 20               | 30               | 30,17                          | 45.26                          |
|               | Плоды или ягоды (банан)           | 200              |                  | 118,6                          |                                |
| Итого завтрак |                                   |                  |                  | 626,22                         | 650.35                         |
| 2 завтрак     | Фрукты свежие(яблоко)             | 150              | 200              | 67.5                           | 90                             |

Повар: ШФ Шведкая Л.П.