



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

## Меню 5-9 класс (овз)

2 неделя : 5 день

24.09.2021г.

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	
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.

2 неделя : 5 день

24.09.2021г.

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»  
*Кузнецова* - Е.Г.Кузнецова

## Меню 1 -4 класс(овз)

2 неделя :5 день

24.09.2021г.

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 тушенная	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 1 -4 класс.

2 неделя :5 день

24.09.2021г.

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	

Повар: Шведкая Л.П.