



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

## Меню 5-9 класс (овз)

1 неделя :1 день

27.09.2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Сыр твердый	30	7	4,4		107,5	54-13-2020
	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

27.09.2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Сыр твердый	30	7	4,4		107,5	54-13-2020
	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.



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


## Меню 1-4 класс (ОВЗ)

1 неделя :1 день

27.09.2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Сыр твердый	15	3,5	4,4		53,7	54-13-2020
	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	12,8	34,2	285,8	54-9к-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 завтрак		622,5	15,43	18,15	70,78	507,97	
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 1 -4 класс.

1 неделя :1 день

27.09.2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Сыр твердый	15	3,5	4,4		53,7	54-1з-2020
	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	12,8	34,2	285,8	54-9к-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 завтрак		622,5	15,43	18,15	70,78	507,97	

Повар:  Шведкая Л.П.