

Утверждаю  
Директор МБОУ «Белогорская ООШ»  
Кузнецова Е.Г. Кузнецова  
« 01 » 04 2021г.

Ежедневное меню для обучающихся 5-9 кл.  
МБОУ «Белогорская ООШ».

Дата: 14.05.2021г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: вторая

День: 10 день примерного меню

Наименование блюда	Масса порции (гр)	калорийность
<b>завтрак:</b>		
Бутерброд с маслом и сыром	60/10/10	267,4
Каша пшенная молочная	200	227,16
Чай с сахаром витаминизированный	200	48,64
Хлеб ржано-пшеничный	40	42,23
<b>обед:</b>		
Овощи натуральные соленые	100	8
Суп картофельный с бобовыми	250	98,79
Курица в соусе с томатом	120	534,3
Рис отварной	180	225,2
Сок фруктовый	200	36
Хлеб пшеничный из муки I или в/с	50	70,5
Хлеб ржано-пшеничный	50	42,23

Повар : Шведкая Л.П.

Утверждаю  
Директор МБОУ «Белогорская ООШ»  
Кузнецова Е.Г. Кузнецова  
« 21 » 04 2021г.



## Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет МБОУ «Белогорская ООШ»

Дата: 14.05.2021г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: вторая

День: 10 день примерного меню

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Калорийность
Завтрак	Тефтели из говядины с рисом	90/30	196,10
	Макаронные изделия отварные с овощами	150	211,6
	Чай с сахаром витаминизированный	200	48,64
	Хлеб ржано -пшеничный	20	30,17
	Хлеб пшеничный в/с	40	47,00
	Плоды или ягоды свежие(апельсины)	200	42,00

Шеф-повар Шведкая Л.П. Шведкая Л.П.