

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



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

Дата: 19.05.2021г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции (гр) | Калорийность |
|------------|----------------------------------|-------------------|--------------|
| Завтрак | Рагу из птицы | 175 | 308,52 |
| | Чай с сахаром витаминизированный | 200 | 48,64 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 30,17 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 40 | 47,00 |
| | Плоды или ягоды свежие (яблоко) | 200 | 45,00 |
| | | | |

Шеф-повар Шведкая Л.П.

Утверждаю
Директор МБОУ «Белогорская ООШ»

Е.Г.Кузнецова

« 01 » 04 2021г.

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

Дата: 19.05.2021г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

| Наименование блюда | Масса порции (гр) | калорийность |
|----------------------------------|-------------------|--------------|
| завтрак: | | |
| Бутерброд с повидлом | 60/16 | 92,0 |
| Каша молочная кукурузная жидкая | 200 | 243,92 |
| Чай с сахаром витаминизированный | 200 | 48,64 |
| Хлеб ржано -пшеничный | 25 | 42,23 |
| обед: | | |
| Салат из свеклы с изюмом | 100 | 161,4 |
| Борщ с капустой и картофелем | 250 | 111,1 |
| Плов из отварной птицы | 210 | 747,1 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 113,8 |
| Хлеб пшеничный из муки I или в/с | 50 | 70,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 42,23 |

Повар : Шведкая Л.П.