


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

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

Дата: 21.05.2021г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: 5 день примерного меню

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Калорийность
Завтрак	Котлеты из говядины с овощами	90	197,6
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	231,8
	Чай с сахаром витаминизированный	200	48,64
	Хлеб пшеничный в/с	40	47
	Хлеб ржано- пшеничный	20	30,17
	Плоды или ягоды свежие(яблоки)	200	45,00

Шеф-повар Шведкая Л.П.

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

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

Дата: 21.05.2021г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: 5 день примерного меню

Наименование блюда	Масса порции (гр)	калорийность
завтрак:		
Оладьи со сгущенным молоком	20/15	440,63
Кофейный напиток с молоком	200	118,69
обед:		
Икра морковная	100	59,8
Суп картофельный с крупой	250	95,3
Котлеты, биточки, шницели припущенные	100	186,1
Пюре из гороха с маслом	180	328,2
Напиток с витаминами и микроэлементами «Валетек»	200	84,38
Хлеб пшеничный из муки 1 или в/с	50	70,5
Хлеб ржано-пшеничный	50	42,23

Повар : Шведкая Л.П.