

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



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

Дата: 25.05.2021г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: вторая

День: 7 день примерного меню

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Калорийность
Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром	60/10/10	267,4
	Каша манная молочная жидкая	200	222,02
	Какао с молоком	200	153,92
	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	30,17
	Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	200	45,00

Шеф-повар Шведкая Л.П. Шведкая Л.П.

Утверждаю
Директор МБОУ «Белогорская ООШ»

 Е.Г.Кузнецова
«01» _____ 2021г.



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

Дата: 25.05.2021г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: вторая

День: 7 день примерного меню

Наименование блюда	Масса порции (гр)	калорийность
завтрак:		
Бутерброд с повидлом	60/10	92,0
Каша молочная пшеничная жидкая	200	231,8
Чай с сахаром витаминизированный	200	48,64
Хлеб ржано-пшеничный	40	42,23
обед:		
Икра морковная	100	59,8
Щи из свежей капусты с картофелем	250	107,8
Гуляш из говядины	120	331,5
Каша гречневая рассыпчатая	180	263,81
Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	116,2
Хлеб пшеничный из муки I или в/с	50	70,5
Хлеб ржано-пшеничный	50	42,23

Повар :  Шведкая Л.П.