



«Утверждаю»

Директор МБОУ «Белоусовская СОШ»

Короткова Н.П.

(подпись)

(ФИО руководителя)

Меню на 19 января 2024
Вторая неделя, день 10, пятница
1-4класс

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен (кКал)
54-13з	Салат из свеклы отварной	80	1,1	3,6	6,1	60,9
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Завтрак	570	22,7	15,4	60,1	470
	Итого за день	570	22,7	15,4	60,1	470

5-11 класс

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен (кКал)
54-10г	Картофель отварной в молоке	200	6	7,3	35,4	231,5
54-3гн	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за день	440	8,9	7,8	58,5	340,5

ОВЗ

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен (кКал)
54-13з	Салат из свеклы отварной	80	1,1	3,6	6,1	60,9
54-10г	Картофель отварной в молоке	200	6	7,3	35,4	231,5
54-25м	Курица тушеная с морковью	150	21,2	8,7	6,7	189,5
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за день	670	31	20,1	71,3	590,9

Род. плата

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен (кКал)
54-13з	Салат из свеклы отварной	80	1,1	3,6	6,1	60,9
54-10г	Картофель отварной в молоке	200	6	7,3	35,4	231,5
54-25м	Курица тушеная с морковью	150	21,2	8,7	6,7	189,5
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за день	670	31	20,1	71,3	590,9

Повар Шаткова Н.А.