



«Утверждаю»

Директор МБОУ «Белоусовская СОШ»

Короткова Н.П.

(подпись)

(ФИО руководителя)

Меню на 8 февраля 2024г.  
Первая неделя, день 4, четверг  
1-4 класс

| № рецеп. | Наименование блюда                       | Вес порции | Белки       | Жиры        | Углеводы    | Эн.цен. (кКал) |
|----------|--|------------|-------------|-------------|-------------|----------------|
| 54-3з    | Помидор в нарезке                        | 60         | 0,7         | 0,1         | 2,3         | 12,8           |
| 54-5г    | Каша перловая рассыпчатая                | 200        | 5,9         | 7           | 40,7        | 249,5          |
| 54-11р   | Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) | 140        | 19,4        | 10,4        | 8,8         | 206,2          |
| 54-21гн  | Какао с молоком                          | 200        | 4,7         | 3,5         | 12,5        | 100,4          |
| Пром.    | Хлеб пшеничный                           | 20         | 1,5         | 0,2         | 9,8         | 46,9           |
| Пром.    | Хлеб ржаной                              | 10         | 0,7         | 0,1         | 3,3         | 17,1           |
|          | <b>Итого за день</b>                     | <b>630</b> | <b>32,9</b> | <b>21,3</b> | <b>77,4</b> | <b>632,9</b>   |

5 – 11 класс

| № рецеп. | Наименование блюда        | Вес порции | Белки     | Жиры        | Углеводы   | Эн.цен. (кКал) |
|----------|---------------------------|------------|-----------|-------------|------------|----------------|
| 54-5г    | Каша перловая рассыпчатая | 200        | 5,9       | 7           | 40,7       | 249,5          |
| 54-21гн  | Какао с молоком           | 200        | 4,7       | 3,5         | 12,5       | 100,4          |
| Пром.    | Хлеб пшеничный            | 20         | 1,5       | 0,2         | 9,8        | 46,9           |
| Пром.    | Хлеб ржаной               | 10         | 0,7       | 0,1         | 3,3        | 17,1           |
|          | <b>Итого за день</b>      | <b>430</b> | <b>12</b> | <b>10,2</b> | <b>6,5</b> | <b>399,5</b>   |

ОВЗ

| № рецеп. | Наименование блюда                       | Вес порции | Белки       | Жиры        | Углеводы    | Эн.цен. (кКал) |
|----------|--|------------|-------------|-------------|-------------|----------------|
| 54-3з    | Помидор в нарезке                        | 60         | 0,7         | 0,1         | 2,3         | 12,8           |
| 54-5г    | Каша перловая рассыпчатая                | 200        | 5,9         | 7           | 40,7        | 249,5          |
| 54-11р   | Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) | 140        | 19,4        | 10,4        | 8,8         | 206,2          |
| 54-21гн  | Какао с молоком                          | 200        | 4,7         | 3,5         | 12,5        | 100,4          |
| Пром.    | Хлеб пшеничный                           | 20         | 1,5         | 0,2         | 9,8         | 46,9           |
| Пром.    | Хлеб ржаной                              | 10         | 0,7         | 0,1         | 3,3         | 17,1           |
|          | <b>Итого за день</b>                     | <b>630</b> | <b>32,1</b> | <b>20,7</b> | <b>76,1</b> | <b>618,5</b>   |

Род. плата

| № рецеп. | Наименование блюда                       | Вес порции | Белки       | Жиры        | Углеводы    | Эн.цен. (кКал) |
|----------|--|------------|-------------|-------------|-------------|----------------|
| 54-3з    | Помидор в нарезке                        | 60         | 0,7         | 0,1         | 2,3         | 12,8           |
| 54-5г    | Каша перловая рассыпчатая                | 200        | 5,9         | 7           | 40,7        | 249,5          |
| 54-11р   | Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) | 140        | 19,4        | 10,4        | 8,8         | 206,2          |
| 54-21гн  | Какао с молоком                          | 200        | 4,7         | 3,5         | 12,5        | 100,4          |
| Пром.    | Хлеб пшеничный                           | 20         | 1,5         | 0,2         | 9,8         | 46,9           |
| Пром.    | Хлеб ржаной                              | 10         | 0,7         | 0,1         | 3,3         | 17,1           |
|          | <b>Итого за день</b>                     | <b>630</b> | <b>32,1</b> | <b>20,7</b> | <b>76,1</b> | <b>618,5</b>   |

Повар Шаткова Н.А.