



«Утверждаю»

Директор МБОУ «Белоусовская СОШ»

Короткова Н.П.

(подпись)

(ФИО руководителя)

Меню на 19 октября 2023г.
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
	Итого за день	630	32,9	21,3	77,4	632,9

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
	Итого за день	430	12	10,2	6,5	399,5

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
	Итого за день	630	32,1	20,7	76,1	618,5

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
	Итого за день	630	32,1	20,7	76,1	618,5

Повар Шаткова Н.А.