



«Утверждаю»

Директор МБОУ «Белоусовская СОШ»

Короткова Н.П.

(подпись)

(ФИО руководителя)

Меню на 8 ноября 2023 г.  
Первая неделя, день 3, среда  
1-4 класс

| № рецеп. | Наименование блюда        | Вес порции | Белки       | Жиры        | Углеводы    | Эн.цен (кКал) |
|----------|---------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|---------------|
| 54-28з   | Свекла отварная дольками  | 80         | 1,2         | 0,1         | 7           | 33,6          |
| 54-11м   | Плов из отварной говядины | 200        | 15,3        | 14,7        | 38,6        | 348,2         |
| 54-3гн   | Чай с лимоном и сахаром   | 200        | 0,2         | 0,1         | 6,6         | 27,9          |
| 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>510</b> | <b>18,9</b> | <b>15,2</b> | <b>65,3</b> | <b>473,7</b>  |

5-11 класс

| № рецеп. | Наименование блюда      | Вес порции | Белки       | Жиры     | Углеводы    | Эн.цен (кКал) |
|----------|-------------------------|------------|-------------|----------|-------------|---------------|
| 54-11м   | Каша рисовая с морковью | 250        | 10,3        | 8,6      | 38,1        | 271,5         |
| 54-3гн   | Чай с лимоном и сахаром | 200        | 0,2         | 0,1      | 6,6         | 27,9          |
| Пром.    | Хлеб пшеничный          | 30         | 1,5         | 0,2      | 9,8         | 46,9          |
| Пром.    | Хлеб ржаной             | 20         | 0,7         | 0,1      | 3,3         | 17,1          |
|          | <b>Итого за день</b>    | <b>500</b> | <b>12,7</b> | <b>9</b> | <b>57,8</b> | <b>363,4</b>  |

ОВЗ

| № рецеп. | Наименование блюда        | Вес порции | Белки       | Жиры        | Углеводы    | Эн.цен (кКал) |
|----------|---------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|---------------|
| 54-28з   | Свекла отварная дольками  | 80         | 1,2         | 0,1         | 7           | 33,6          |
| 54-11м   | Плов из отварной говядины | 250        | 19,1        | 18,4        | 48,2        | 435,3         |
| 54-3гн   | Чай с лимоном и сахаром   | 200        | 0,2         | 0,1         | 6,6         | 27,9          |
| Пром.    | Хлеб пшеничный            | 30         | 1,5         | 0,2         | 9,8         | 46,9          |
| Пром.    | Хлеб ржаной               | 20         | 0,7         | 0,1         | 3,3         | 17,1          |
|          | <b>Итого за день</b>      | <b>580</b> | <b>22,7</b> | <b>18,9</b> | <b>74,9</b> | <b>560,8</b>  |

Род.плата

| № рецеп. | Наименование блюда        | Вес порции | Белки       | Жиры        | Углеводы    | Эн.цен (кКал) |
|----------|---------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|---------------|
| 54-28з   | Свекла отварная дольками  | 80         | 1,2         | 0,1         | 7           | 33,6          |
| 54-11м   | Плов из отварной говядины | 250        | 19,1        | 18,4        | 48,2        | 435,3         |
| 54-3гн   | Чай с лимоном и сахаром   | 200        | 0,2         | 0,1         | 6,6         | 27,9          |
| Пром.    | Хлеб пшеничный            | 30         | 1,5         | 0,2         | 9,8         | 46,9          |
| Пром.    | Хлеб ржаной               | 20         | 0,7         | 0,1         | 3,3         | 17,1          |
|          | <b>Итого за день</b>      | <b>580</b> | <b>22,7</b> | <b>18,9</b> | <b>74,9</b> | <b>560,8</b>  |

Повар Шаткова Н.А.