



«Утверждаю»

Директор МБОУ «Белоусовская СОШ»

Короткова Н.П.

(подпись)

(ФИО руководителя)

Меню на 10 января 2025  
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>570</b>	<b>22,7</b>	<b>15,4</b>	<b>60,1</b>	<b>470</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>570</b>	<b>22,7</b>	<b>15,4</b>	<b>60,1</b>	<b>470</b>

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
	<b>Итого за день</b>	<b>440</b>	<b>8,9</b>	<b>7,8</b>	<b>58,5</b>	<b>340,5</b>

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
	<b>Итого за день</b>	<b>670</b>	<b>31</b>	<b>20,1</b>	<b>71,3</b>	<b>590,9</b>

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
	<b>Итого за день</b>	<b>670</b>	<b>31</b>	<b>20,1</b>	<b>71,3</b>	<b>590,9</b>

Повар Шаткова Н.А.