

1-я смена

«Утверждаю»
Директор МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
Нажиткова Н.В./
12 февраля 2024 г.



Меню питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
на февраль 2024 года День 4
13.02.2024

| наименование | выход порции | | белки | жиры | углеводы | калории |
|---------------------------------|--------------|--------|-------|-------|----------|---------|
| <u>Завтрак 1-4 кл</u> | | | | | | |
| Каша вязкая молочная пшенная | 1/200 | 33,33 | 3,3 | 8,6 | 23,2 | 184 |
| Яблоко | 1/200 | 20,02 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,00 |
| Сыр порциями | 1/10 | 9,50 | 4,64 | 5,9 | 0 | 72 |
| Чай с лимоном | 1/200 | 11,16 | 0,53 | 0 | 9,87 | 42 |
| Хлеб | 1/58 | 4,56 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 196,4 |
| Итого: | | 78,55 | | | | |
| <u>Завтрак 2 5-11 кл</u> | | | | | | |
| Жаркое домашнему | 1/200 | 98,20 | 29,00 | 32,54 | 25,1 | 658,9 |
| <i>Овощная нарезка</i> | 1/50 | 11,31 | 0,082 | 1,95 | 3,76 | 275,76 |
| Чай с лимоном | 1/200 | 11,16 | 4,08 | 3,54 | 27,6 | 128,6 |
| Хлеб | 1/58 | 4,56 | 4,48 | 1,08 | 33,73 | 196,40 |
| Итого | | 125,23 | | | | |
| <u>Обед 1-4 кл</u> | | | | | | |
| Суп картофельный с рыбой | 1/250 | 25,05 | 15,5 | 28,01 | 62,38 | 479,00 |
| Жаркое домашнему | 1/200 | 98,20 | 29,00 | 32,54 | 25,1 | 658,9 |
| <i>Овощная нарезка</i> | 1/100 | 22,62 | 0,082 | 1,95 | 3,76 | 275,76 |
| Компот из сухофруктов | 1/200 | 18,92 | 0,7 | 0,09 | 32,1 | 232,8 |
| Хлеб | 1/80 | 6,56 | 4,48 | 1,08 | 33,73 | 196,40 |
| Итого | | 171,35 | | | | |

Ваш Повар