

«Утверждаю»
 Директор МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
 Нажиткова Н.В./

» января 2024

Меню питания учащихся
 МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
 на январь 2024 год 5-11 кл(СОП) День 4
 10.01.2024

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
Завтрак 5-11 кл						
Каша вязкая молочная пшеничная	1/200	33,33	3,3	8,6	23,2	184
Яблоко	1/200	40,04	0,4	0,4	9,8	47,00
Сыр порциями	1/20	19,00	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:		108,09				
Обед 1(5-11 кл)						
Суп картофельный с рыбой	1/250	25,05	15,5	28,01	62,38	479,00
Жаркое домашнему	1/200	98,20	21,92	24,08	18,26	378
С-т из свежих огурцов	1/100	22,62	1,3	6,08	8,52	95
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
Апельсин	1/200	37,74	0,4	0,4	9,8	47,00
Итого		209,09				
Обед 2(5-11 кл)						
Суп картофельный с рыбой	1/250	25,05	15,5	28,01	62,38	479,00
Рагу из свинины	1/200	98,20	21,92	24,08	18,26	378
С-т из свежих огурцов	1/100	22,62	1,3	6,08	8,52	95
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
Апельсин	1/200	37,74	0,4	0,4	9,8	47,00
Итого		203,17				

Повар

Ваш