



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

Меню питания учащихся  
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи  
На январь 2024 год 5-11 кл (ОВЗ) День 7  
**12.01.2024**

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
<b><u>Завтрак 5-11 кл</u></b>						
Каша жидкая Дружба	1/200	33,33	3,3	8,6	23,2	283,4
Вафли	1/60	12,80	0,3	0,3	7,35	33,30
Яблоко	1/200	45,60	4,16	5,9	0,02	71,66
Кофейный напиток	1/200	12,80	3,6	2,67	29,2	155,20
Хлеб	1/40	4,56	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого:		109,09				
<b><u>Обед 1( 5-11кл)</u></b>						
Суп крестьянский с крупой	1/250	33,05	2,7	2,78	14,58	190,68
Капуста тушеная	1/150	20,42	4,35	12,0	33,21	258,24
Мясо тушеное	1/50/50	68,20	9,67	9,87	2,27	196,53
Овощная нарезка	1/100	22,92	1,33	6,08	8,52	94,12
Компот из свежих плодов	1/200	18,92	0,52	0,18	24,84	102,9
Хлеб	1/60	6,56	3,82	0,84	19,76	138,72
Яблоко	1/150	39,02	0,3	0,3	7,35	33,30
Итого		209,09				
<b><u>Обед 2( 5-11кл)</u></b>						
Суп крестьянский с крупой	1/250	33,05	2,7	2,78	14,58	190,68
Макароны отварные	1/150	25,50	4,35	12,0	33,21	258,24
Гуляш из отварной говядины	1/50/50	68,20	9,67	9,87	2,27	196,53
Овощная нарезка	1/100	22,92	1,33	6,08	8,52	94,12
Компот из свежих плодов	1/200	18,92	0,52	0,18	24,84	102,9
Хлеб	1/60	6,56	3,82	0,84	19,76	138,72
Яблоко	1/120	33,94	0,3	0,3	7,35	33,30
Итого		209,09				

Повар