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

Меню диетическое для
питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
На январь 2024 год

12.01.2024

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
Завтрак 1-4 кл						
Каша вязкая молочная пшенная	1/200	33,33	25,02	0,83	16,18	143,00
Яблоко	1/150	34,99	0,4	0,4	9,8	47,00
Чай	1/200	11,16	2,00	0,51	0,4	14,00
Хлеб	1/30	1,64	2,36	7,49	14,89	136,00
Итого:		81,12				
Обед 1-4 кл						
Суп картофельный с рыбой	1/250	25,05	1,8	4,98	8,13	128,10
Рагу из овощей	1/160	22,90	2,04	3,68	0,5	77,00
Гуляш из отварной говядины	1/100	62,80	9,67	9,87	2,27	198,00
С-т из свежих огурцов	1/100	22,62	13,12	32,40	7,3	188,48
Кисель плодово-ягодный	1/200	18,92	0,24	0,12	25,62	50,20
Хлеб	1/30	4,92	2,36	7,49	14,89	136,00
Итого		179,83				

Повар _____