

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



Меню диетическое для
питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
На январь 2024 год
16.01.2024

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
<u>Завтрак 1-4 кл</u>						
Омлет с сыром	1/200	44,30	25,5	18,01	142,38	360,29
Яблоко	1/100	20,02	0,4	0,4	9,8	47,00
Чай с сахаром	1/200	11,16	0,2	0	13,6	66,0
Хлеб	1/58	4,56	4,48	1,08	33,73	196,40
Итого:		80,04				
<u>Обед 1-4 кл</u>						
Суп из овощей с зеленым горошком	1/250	34,05	14,5	27,45	32,18	348,25
Каша гречневая рассыпчатая	1/200	18,90	15,5	5,45	13,18	568,25
Мясо тушеное	1/100	64,20	20,17	31,29	59,66	392,48
С-т из свежих огурцов	1/100	22,92	0,082	1,95	3,76	185,76
Кисель плодово-ягодный	1/200	18,92	0,16	0,16	27,88	214,6
Хлеб	1/80	6,56	4,48	1,08	33,73	196,40
Итого		165,55				

Бажиткова Н.В.
Повар