

1-я смена

«Утверждаю»
Директор МБОУ СОШ с. Горячие Ключи



Тажиткова Н.В./
16 января 2024 г.

Меню питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
на январь 2024 года День 3
16.01.20234

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
<u>Завтрак 1-4 кл</u>						
Омлет с сыром	1/190/10	44,30	25,5	47,81	92,38	438,29
Огурец свежий	1/100	12,00	0,7	6,0	2,4	67,00
Сыр порциями	1/10	9,50				
Чай с лимоном	1/200	11,16	0,2	0	13,6	56,00
Хлеб	1/58	4,64	4,48	1,08	33,73	196,40
Итого:		81,60				
<u>Завтрак 2 5-11 кл</u>						
Каша гречневая рассыпчатая	1/200	18,90	3,78	7,78	96,29	442,00
Печень по-строгоновски	1/50/50	64,20	13,26	16,00	12,03	501,00
С-т из б/к капусты с морковью	1/50	11,46	0,82	1,95	3,76	185,76
Чай с лимоном	1/200	11,16	0,2	0	13,6	56,00
Хлеб	1/58	4,64	4,48	1,08	33,73	196,40
Итого		110,36				
<u>Обед 1-4 кл</u>						
Суп из овощей с зеленым горошком	1/250	35,05	32,13	5,0	55,00	308,10
Каша гречневая рассыпчатая	1/200	25,20	3,78	7,78	96,29	442,00
Печень по-строгоновски	1/50/50	68,20	13,26	16,00	12,03	501,00
С-т из б/к капусты с морковью	1/100	22,62	0,082	1,95	3,76	185,76
Компот из свежих плодов	1/200	18,92	0,16	0,16	27,88	184,6
Хлеб	1/80	6,56	4,48	1,08	33,73	196,40
Итого		176,55				

Ваш Повар