

«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 (СОП) День 11  
 18.01.2024

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
<b><u>Завтрак 1-4 кл</u></b>						
Каша жидкая молочная манная	1/200	33,33	15,5	18,01	36,96	273,96
Груша	1/200	41,04	0,3	0,3	7,35	33,30
Сыр порциями	1/20	19,00	4,64	5,9	0	71,66
Чай с лимоном	1/200/15/7	11,16	0,53	0	9,87	41,60
Хлеб	1/58	4,56	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого:		109,09				
<b><u>Обед 1 (5-11 кл)</u></b>						
Суп картофельный с бобовыми	1/250	35,05	4,9	5,33	19,23	144,43
Рис припущенный	1/150	36,20	3,67	5,42	36,67	210,11
Фрикадельки рыбные	1/50/50	35,80	25,58	25,03	7,73	281,6
С-т из витаминный (2-й вариант)	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	1/80	6,56	43,82	0,84	19,76	138,72
Банан	1/200	53,64	0,3	0,3	7,35	33,30
Итого		209,09				
<b><u>Обед 2 (5-11 кл)</u></b>						
Суп картофельный с бобовыми	1/250	35,05	4,9	5,33	19,23	144,43
Каша гречневая рассыпчатая	1/150	36,20	3,67	5,42	36,67	210,11
Фрикадельки мясные в сметанном соусе	1/50/50	68,20	25,58	25,03	7,73	281,6
С-т из витаминный (2-й вариант)	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	1/80	6,56	43,82	0,84	19,76	138,72
Банан	1/100	22,05	0,3	0,3	7,35	33,30
Итого		209,09				

Повар *Бася*