

1 смена

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

Меню питания учащихся  
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи  
на январь 2024 года День 9  
19.01.2024



наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
<b><u>Завтрак 1-4 кл</u></b>						
Каша пшеничная с изюмом	1/190/10	33,33	45,50	18,01	142,00	360,29
Яблоко	1/100	20,02	0,4	0,4	9,8	47,00
Сыр порциями	1/10	9,50	5,3	5,3	12,3	85,00
Чай с молоком	1/200	11,16	4,08	3,54	27,6	128,6
Хлеб	1/58	4,64	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого:		78,65				
<b><u>Завтрак 2 5-11 кл</u></b>						
Плов	1/200	68,20	21,92	24,08	18,26	377,47
С-т из б/к капусты с морковью	1/80	20,22	1,33	6,08	8,52	94,12
Чай с молоком	1/200	11,16	4,08	3,54	27,6	128,6
Хлеб	1/58	4,92	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого		104,50				
<b><u>Обед 1-4 кл</u></b>						
Борщ с капустой и картофелем	1/250	43,05	1,83	4,02	11,75	98,40
Плов	1/200	68,20	21,92	24,08	18,26	377,47
С-т из б/к капусты с морковью	1/100	22,92	1,33	6,08	8,52	94,12
Кисель плодово-ягодный	1/200	18,92	0,24	0,12	28,52	145,08
Хлеб	1/80	6,56	4,48	1,08	33,73	196,40
Итого		159,65				

Повар