

1 смена

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

Меню питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
на январь 2024 года День 9
29.01.2024



| наименование | выход порции | цена | белки | жиры | углеводы | калории |
|-------------------------------|--------------|--------|-------|-------|----------|---------|
| Завтрак 1-4 кл | | | | | | |
| 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 | | | | |
| Завтрак 2 5-11 кл | | | | | | |
| 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 | | | | |
| Обед 1-4 кл | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем | 1/250 | 43,05 | 1,83 | 4,92 | 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