


1-я смена

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



Меню питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
на январь 2024 года День 7
31.01.2024

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
<u>Завтрак 1-4 кл</u>						
Каша жидкая Дружба	1/200	33,33	3,3	8,6	23,2	283,4
Яблоко	1/100	20,02	0,3	0,3	7,35	33,30
Вафли	1/20	12,80	4,64	5,9	0,02	71,66
Кофейный напиток	1/200	12,80	3,6	2,67	29,2	155,20
Хлеб	1/40	83,59	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого:						
<u>Завтрак 2 5-11 кл</u>						
Капуста тушеная	1/150	20,42	4,35	12,0	33,21	258,24
Мясо тушеное	1/50/50	68,20	9,67	9,87	2,27	196,53
Овощная нарезка	1/50	11,46	1,33	6,08	8,52	94,12
Кофейный напиток	1/200	12,80	3,6	2,67	29,2	155,20
Хлеб	1/40	4,56	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого		117,44				
<u>Обед 1-4 кл</u>						
Суп крестьянский с крупой	1/250	33,05	2,7	2,78	14,58	190,68
Капуста тушеная	1/150	20,42	4,35	12,0	33,21	258,24
Мясо тушеное	1/50/50	68,20	9,67	9,87	2,27	196,53
Овощная нарезка	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	1/60	6,56	3,82	0,84	19,76	138,72
Итого		170,07				

 Повар