

«Утверждаю»
Директор МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
Нажиткова Н.В./
« 17 » ноября 2023 г.



Меню диетическое для
питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
На ноябрь 2023 год
20.11.2023

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
<u>Завтрак 1-4 кл</u>						
Каша вязкая молочная пшенная	1/200	33,33	2,36	7,49	14,89	136,00
Вафли	1/30	12,80	2,00	0,51	0,4	14,00
Яблоко	1/100	20,02	0,3	0,03	0	10,00
Чай с сахаром	1/200	11,16	0,4	0,4	9,8	47,00
Хлеб	1/30	4,56	2,36	7,49	14,89	136,00
Итого:		81,87				
<u>Обед 1-4 кл</u>						
Суп картофельный с крупой	1/250	25,05	14,5	27,45	32,18	348,25
Макароны отварные	1/180	25,50	15,5	5,45	13,18	568,25
Мясо тушеное	1/100	68,20	20,17	31,29	59,66	392,48
Нарезка овощная	1/100	22,92	0,082	1,95	3,76	185,76
Компот из свежих плодов	1/200	18,92	-	-	0,80	5,73
Хлеб	1/30	4,56	2,36	7,49	14,89	136,00
Итого		167,15				

Повар 