

«Утверждаю»  
Директор МБОУ СОШ с. Горячие Ключи

Нажиткова Н.В./  
« 20 » ноября 2023 г.



Меню питания учащихся  
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи  
на ноябрь 2023 год 5-11 кл(СОП)День 13  
**21.11.2023**

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
<b><u>Завтрак 5-11 кл</u></b>						
Каша жидкая Дружба	1/200	33,33	3,3	8,6	23,2	283,4
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	11,16	0,53	0	9,87	41,60
Хлеб	1/40	4,56	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого:		109,09				
<b><u>Обед 1( 5-11 кл)</u></b>						
Щи из свежей капусты	1/250	25,05	1,8	4,98	8,13	84,48
Жаркое по-домашнему	1/200	98,20	21,92	24,08	18,26	377,47
Овощная нарезка	1/100	22,92	0,072	0,09	2,25	12,69
Компот 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
Яблоко	1/150	38,25	0,3	0,3	7,35	33,30
Итого		209,09				
<b><u>Обед 2( 5-11 кл)</u></b>						
Щи из свежей капусты	1/250	25,05	1,8	4,98	8,13	84,48
Рагу из свинины	1/200	78,20	21,92	24,08	18,26	377,47
Овощная нарезка	1/100	22,92	0,072	0,09	2,25	12,69
Компот 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
Яблоко	1/120	28,25	0,3	0,3	7,35	33,30
		209,09				

Повар