

«Утверждаю»
Директор МБОУ СОШ с. Горячие Ключи

Нажиткова Н.В./

«29» ноября 2023



Меню питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
ноябрь 2023 год 5-11 кл (ОВЗ) День 6
29.11.2023

| наименование | выход порции | цена | белки | жиры | углеводы | калории |
|-------------------------------|--------------|--------|-------|-------|----------|---------|
| Завтрак 5-11 кл | | | | | | |
| Запеканка из творога с джемом | 1/160/20 | 36,33 | 25,02 | 16,83 | 36,18 | 400,32 |
| Банан | 1/200 | 40,96 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 33,30 |
| Сыр порциями | 1/20 | 19,00 | 4,64 | 5,9 | 0 | 71,66 |
| Какао на цельном молоке | 1/200 | 12,80 | 3,78 | 0,67 | 26,00 | 125,11 |
| Хлеб | 1/58 | 4,646 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 |
| Итого: | | 109,09 | | | | |
| Обед 1(5-11 кл) | | | | | | |
| Суп лапша домашняя | 1/250 | 46,40 | 2,98 | 2,83 | 15,7 | 100,13 |
| Рагу из свинины | 1/200 | 78,20 | 21,92 | 24,08 | 18,26 | 377,47 |
| Овощная нарезка | 1/100 | 22,92 | 0,72 | 0,09 | 2,25 | 12,69 |
| Кисель плодово-ягодный | 1/200 | 18,92 | 0,24 | 0,12 | 28,52 | 145,08 |
| Хлеб | 1/80 | 6,56 | 3,82 | 0,84 | 19,76 | 138,72 |
| Груша | 1/150 | 36,09 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 33,30 |
| Итого | | 209,09 | | | | |
| Обед 2 (5-11 кл) | | | | | | |
| Суп лапша домашняя | 1/250 | 46,40 | 2,98 | 2,83 | 15,7 | 100,13 |
| Жаркое по-домашнему | 1/200 | 78,20 | 21,92 | 24,08 | 18,26 | 377,47 |
| Овощная нарезка | 1/100 | 22,92 | 0,72 | 0,09 | 2,25 | 12,69 |
| Кисель плодово-ягодный | 1/200 | 18,92 | 0,24 | 0,12 | 28,52 | 145,08 |
| Хлеб | 1/80 | 6,56 | 3,82 | 0,84 | 19,76 | 138,72 |
| Груша | 1/150 | 36,09 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 33,30 |
| Итого | | 209,09 | | | | |

Повар