

1-я смена



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

Меню питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
на октябрь 2023 года День 10
04.10.2023

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
Каша жидкая молочная манная	1/200	32,30	15,5	18,01	36,96	273,96
Апельсин	1/100	21,60	0,3	0,3	7,35	33,30
Сыр порциями	1/10	9,50	4,64	5,9	0	71,66
Чай с лимоном	1/200	11,16	0,53	0	9,87	41,60
Хлеб	1/58	4,64	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого:		79,20				
<u>Завтрак 2 (5-11 кл)</u>						
Рис припущенный	1/180	25,00	3,67	5,42	36,67	210,11
Фрикадельки рыбные	1/50/50	55,20	25,58	25,03	7,73	281,6
С-т витаминный (2-й вариант)	1/80	26,20	1,33	6,08	8,52	94,12
Чай с лимоном	1/200	11,16	0,53	0	9,87	41,60
Хлеб	1/20	1,64	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого		119,20				
<u>Обед (1-4 кл)</u>						
Суп картофельный с бобовыми	1/250	38,50	4,9	5,33	19,23	144,43
Рис припущенный	1/180	25,00	3,67	5,42	36,67	210,11
Фрикадельки рыбные	1/50/50	55,20	25,58	25,03	7,73	281,6
С-т из витаминный (2-й вариант)	1/100	26,20	1,33	6,08	8,52	94,12
Компот из свежих плодов	1/200	18,50	0,52	0,18	24,84	102,9
Хлеб	1/80	6,56	43,82	0,84	19,76	138,72
Итого		169,96				

 Повар