

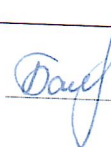
1 смена

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

Меню питания учащихся
 МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
 на октябрь 2023 года День 9
 05.10.2023



наименование	выход порции		белки	жиры	углеводы	калории
<u>Завтрак 1-4 кл</u>						
Каша пшенная с изюмом	1/190/10	33,33	45,50	18,01	142,00	360,29
Банан	1/100	20,02	0,4	0,4	9,8	47,00
Сыр порциями	1/10	9,50	5,3	5,3	12,3	85,00
Чай с молоком	1/200	12,80	4,08	3,54	27,6	128,6
Хлеб	1/58	4,64	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого:		80,29				
<u>Завтрак 2 5-11 кл</u>						
Плов	1/200	78,20	21,92	24,08	18,26	377,47
С-т из б/к капусты с морковью	1/50	11,46	1,33	6,08	8,52	94,12
Чай с молоком	1/200	12,80	4,08	3,54	27,6	128,6
Хлеб	1/58	4,92	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого		107,38				
<u>Обед 1-4 кл</u>						
Борщ с капустой и картофелем	1/250	43,05	1,83	4,92	11,75	98,40
Плов	1/200	78,20	21,92	24,08	18,26	377,47
С-т из б/к капусты с морковью	1/100	22,92	1,33	6,08	8,52	94,12
Кисель плодово-ягодный	1/200	18,92	0,24	0,12	28,52	145,08
Хлеб	1/80	6,56	4,48	1,08	33,73	196,40
Итого		169,65				

 Повар