

Утверждаю
И.О. Директора МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
Субботина С.Ю./
октября 2023 г.



Меню питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
на октябрь 2023 год 1-4,5-11 кл (ОВЗ) День 14
09.10.2023

наименование	выход порции	цена		белки	жиры	углеводы	калории
<u>Завтрак 5-11</u>							
Каша жидкая молочная манная	1/200	36,33		15,5	18,01	36,96	273,96
Яблоко	1/150	37,94		0,3	0,3	7,35	33,30
Сыр порциями	1/20	19,00		4,64	5,9	0	71,66
Чай	1/200	11,16		0,53	0	9,87	41,60
Хлеб	1/40	4,64		3,16	0,4	19,32	93,52
Итого:		109,07					
<u>Обед 1 (5-11 кл)</u>							
Суп картофельный с рыбой	1/250	35,05		8,71	2,54	14,56	115,96
Макароны отварные	1/150	25,50		5,1	7,5	13,18	318,25
Мясо тушеное	1/50/50	68,20		9,67	9,87	2,27	196,53
С-т из б/к капусты с морковью	1/80	22,92		1,33	6,08	8,52	94,12
Компот из сухофруктов	1/200	8,92		1,16	0,3	47,26	196,38
Хлеб	1/60	6,56		3,82	0,84	19,76	138,72
Банан	1/150	41,94		1,16	0,3	8,52	92,10
Итого		209,09					
<u>Обед 2 (5-11 кл)</u>							
Суп картофельный с рыбой	1/250	35,05		8,71	2,54	14,56	115,96
Плов из отварной говядины	1/200	85,90		9,67	9,87	2,27	196,53
С-т из б/к капусты с морковью	1/80	22,92		1,33	6,08	8,52	94,12
Компот из сухофруктов	1/200	8,92		1,16	0,3	47,26	196,38
Хлеб	1/60	6,56		3,82	0,84	19,76	138,72
Банан	1/200	47,94		1,16	0,3	8,52	92,10
Итого		207,29					

Повар

Баш