


1 смена

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

Меню питания учащихся  
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи  
на сентябрь 2023 года День 9  
19.09.2023



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

 Повар