

1-я смена

И.О. Директора МБОУ СОШ с. Горячие Ключи

«Утверждаю»

Субботина С.Ю./

октября 2023 г.

Меню питания учащихся  
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи  
на октябрь 2023 года День 7  
**10.10.2023**



наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
<b><u>Завтрак 1-4 кл</u></b>						
Каша жидкая Дружба	1/200	36,33	3,3	8,6	23,2	283,4
Яблоко	1/100	22,06	0,3	0,3	7,35	33,30
Вафли	1/20	6,56	4,64	5,9	0,02	71,66
Кофейный напиток	1/200	12,80	3,6	2,67	29,2	155,20
Хлеб	1/40	4,56	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого:		82,31				
<b><u>Завтрак 2 5-11 кл</u></b>						
Капуста тушеная	1/150	20,42	4,35	12,0	33,21	258,24
Мясо тушеное	1/50/50	69,46	9,67	9,87	2,27	196,53
Овощная нарезка	1/50	15,05	1,33	6,08	8,52	94,12
Кофейный напиток	1/200	12,80	3,6	2,67	29,2	155,20
Хлеб	1/40	2,56	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого		120,29				
<b><u>Обед 1-4 кл</u></b>						
Суп крестьянский с крупой	1/250	46,20	2,7	2,78	14,58	190,68
Капуста тушеная	1/150	20,42	4,35	12,0	33,21	258,24
Мясо тушеное	1/50/50	69,46	9,67	9,87	2,27	196,53
Овощная нарезка	1/50	15,05	1,33	6,08	8,52	94,12
Компот из свежих плодов	1/200	18,92	0,52	0,18	24,84	102,9
Хлеб	1/60	6,56	3,82	0,84	19,76	138,72
Итого		176,61				

Повар