

«Утверждаю»  
И.О.Директора МБОУ СОШ с. Горячие Ключи  
Субботина С.Ю./



Меню питания учащихся  
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи  
на октябрь 2023 год 5-11 кл(СОП)День 4  
**17.10.2023**

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
<b><u>Завтрак 5-11 кл</u></b>						
Каша <i>пшеничная</i> <i>Арбузная</i>	1/200	33,33	25,5	18,01	142,38	360,29
Яблоко	1/200	40,04	0,4	0,4	9,8	47,00
Сыр порциями	1/20	19,00	5,3	5,3	12,3	85,00
Чай с лимоном	1/200	11,16	4,08	3,54	27,6	128,6
Хлеб	1/58	4,56	4,48	1,08	33,73	196,4
Итого:		108,09				
<b><u>Обед 1( 5-11 кл)</u></b>						
Щи из свежей капусты	1/250	45,20	15,5	28,01	62,38	479,00
Жаркое по-домашнему	1/200	97,10	29,00	32,54	25,1	658,9
Овощная нарезка	1/100	22,92	0,082	1,95	3,76	275,76
Компот из свежих плодов	1/200	18,90	0,7	0,09	32,1	232,8
Хлеб	1/80	6,56	4,48	1,08	33,73	196,40
Мандарин	1/50	18,20	0,12	0,1	0,3	25,20
Итого		208,88				
<b><u>Обед 2( 5-11 кл)</u></b>						
Щи из свежей капусты	1/250	45,20	15,5	28,01	62,38	479,00
Рагу из свинины	1/200	95,10	29,00	32,54	25,1	658,9
Овощная нарезка	1/100	22,92	0,082	1,95	3,76	275,76
Компот из свежих плодов	1/200	18,90	0,7	0,09	32,1	232,8
Хлеб	1/80	6,56	4,48	1,08	33,73	196,40
Мандарин	1/80	21,20	0,12	0,1	0,3	25,20
Итого						

Повар

*Субботина С.Ю.*