

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

Меню питания учащихся  
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи  
на октябрь 2023 год 5-11 кл (СОП) День 5  
**18.10.2023**

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углевод ы	калории
<b><u>Завтрак 5-11 кл</u></b>						
Каша рисовая с изюмом	1/200	33,30	3,3	8,6	23,2	183,4
Мандарин	1/200	42,00	0,3	0,3	7,35	33,30
Сыр порциями	1/20	19,00	4,64	5,9	0	71,66
Чай с лимоном	1/200/15/7	11,16	0,53	0	9,87	41,60
Хлеб	1/58	4,56	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого:		110,02				
<b><u>Обед 1( 5-11 кл)</u></b>						
Суп картофельный с крупой	1/250	43,20	2,7	2,78	14,58	318,25
Макароны отварные	1/150	25,50	5,1	7,5	13,18	90,68
Тефтели 1-й вариант	1/60/50	63,40	6,93	4,47	11,07	159,20
Овощная нарезка	1/100	28,00	0,72	0,09	2,25	12,69
Компот из сухофруктов	1/200	12,80	1,16	0,3	47,26	196,38
Хлеб	1/80	4,56	43,82	0,84	19,76	138,72
Груша	1/150	27,88	0,13	0,12	0,2	23,00
Итого		209,09				
Груша	1/150	27,88	0,13	0,12	0,2	23,00
<b><u>Обед 2( 5-11 кл)</u></b>						
Суп картофельный с крупой	1/250	43,20	2,7	2,78	14,58	318,25
Рис припущенный	1/150	23,10	5,1	7,5	13,18	90,68
Фрикадельки рыбные	1/100	55,60	6,93	4,47	11,07	159,20
Овощная нарезка	1/100	28,00	0,72	0,09	2,25	12,69
Компот из сухофруктов	1/200	12,80	1,16	0,3	47,26	196,38
Хлеб	1/80	4,56	43,82	0,84	19,76	138,72
Груша	1/200	41,83	0,13	0,12	0,2	23,00
		209,09				

Повар

*Баф*