

1-я смена

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

Меню питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
на октябрь 2023 года День 5
18.10.2023

наименование	выход порции	цена	белки	жиры	углеводы	калории
<u>Завтрак 1-4 кл</u>						
Каша рисовая с изюмом	1/200	33,30	3,3	8,6	23,2	183,4
Мандарин	1/100	21,00	0,3	0,3	7,35	33,30
Сыр порциями	1/10	9,50	4,64	5,9	0	71,66
Чай с лимоном	1/200	11,16	0,53	0	9,87	41,60
Хлеб	1/58	4,56	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого:		79,52				
<u>Завтрак 2 5-11 кл</u>						
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
Чай с лимоном	1/200	11,16	0,53	0	9,87	41,60
Хлеб	1/58	4,56	3,16	0,4	19,32	93,52
Итого		107,38				
<u>Обед 1-4 кл</u>						
Суп картофельный с крупой	1/250	43,50	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	6,56	43,82	0,84	19,76	138,72
Итого		179,46				

 Повар