



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

Меню диетическое для
питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
На сентябрь 2023 год
28.09.2023

наименование	выход порции	белки	жиры	углеводы	калории
<u>Завтрак 1-4 кл</u>					
Каша вязкая молочная гречневая	1/200	4,64	5,90	0,13	62,72
Яблоко	1/200	4,64	5,90	0,13	62,72
Чай с молоком	1/200	0,2	0	13,6	66,0
Хлеб	1/30	2,36	7,49	14,89	136,00
Итого:					
<u>Обед 1-4 кл</u>					
Борщ с капустой и картофелем	1/250	7,21	19,68	48,73	115,00
Рис припущенный	1/200	24,26	28,66	244,46	133,30
Гуляш из отварной говядины	1/100	7,16	9,93	0,18	1,34
С-т из сырых овощей	1/100	13,12	32,49	7,3	188,48
Компот из свежих плодов	1/200	-	-	0,80	5,73
Хлеб	1/30	2,36	7,49	14,89	136,00
Итого					

Повар 