



«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ с. Горячие Ключи

/ Нажиткова Н.В./

» сентября 2023 г

Меню питания учащихся
МБОУ СОШ с. Горячие Ключи
на сентябрь 2023 год 5-11 кл (ОВЗ) День 9
28.09.2023

наименование	выход порции	белки	жиры	углеводы	калории
<u>Завтрак 5-11 кл</u>					
Каша пшеничная с изюмом	1/190/10	45,5	18,01	142,00	360,29
Яблоко	1/200	0,4	0,4	9,8	47,00
Пряник	1/20	5,3	5,3	12,3	185,00
Чай с молоком	1/200	0,2	0	13,6	66,0
Хлеб	1/58	4,08	1,08	33,73	176,4
Итого:					
<u>Обед 1(5-11 кл)</u>					
Борщ с капустой и картофелем	1/250	1,8	4,32	10,9	540,75
Плов	1/200	9,00	53,1	55,14	540,4
С-т из б/к капусты с морковью	1/80	0,16	0,16	27,42	212,6
Кисель плодово-ягодный	1/200	0,16	0,16	27,88	214,6
Хлеб	1/80	4,08	1,08	33,73	176,4
Итого					
<u>Обед 2(5-11 кл)</u>					
Борщ с капустой и картофелем	1/250	1,8	4,32	10,9	540,75
Макароны отварные	1/200	9,00	53,1	55,14	540,4
Бефстроганов из отварного мяса					
С-т из б/к капусты с морковью	1/80	0,16	0,16	27,42	212,6
Кисель плодово-ягодный	1/200	0,16	0,16	27,88	214,6
Хлеб	1/80	4,08	1,08	33,73	176,4
Итого					

Повар