

Утверждено

Директор

МБОУ «Жуковская СОШ»

Кисткин В.А.

« 20 » января 2023 г.

Завтрак 1-4 кл.

Меню на 20.01.2023г.

МБОУ «Жуковская средняя общеобразовательная школа»

Пятница - 2 неделя

Наименование блюда	Выход, г.	Пищевые вещества			к/кал
	1-4 кл.	Белки	Жиры	Углеводы	
Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,7	37,6	288
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	53,5
Фрукты (банан)	150	2,3	0	33,6	143,4
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,4	22,4	101,8
Хлеб ржаной	25	1,3	0,25	8,5	42,5
<b>Всего за завтрак</b>	<b>620</b>	<b>16,92</b>	<b>13,45</b>	<b>110,7</b>	<b>629,2</b>

Обед 1-11 классы

Наименование блюда	Выход, г.	Пищевые вещества				к/кал.	Выход, г.	Пищевые вещества			к/кал.
	1-4 кл.	Белки	Жиры	Углеводы	5-11 кл.			Белки	Жиры	Углевод ы	
Салат из свеклы с вареным	80	1,1	3,6	6,1	60,8	100	1,3	4,5	7,6	76	
Суп картофельный с горохом	200	6,68	4,6	16,4	133,14	250	8,35	5,75	20,5	166,42	
Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	115,8	200	4,13	6,6	21,88	162	
Котлета рыбная	100	14,1	2,8	8,6	115,9	100	14,1	2,8	8,6	115,9	
Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	26,1	20	0,7	1,5	1,9	26,1	
Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3	200	0,5	0,2	19,4	81,3	
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,54	29,8	135,8	60	4,5	0,54	29,8	135,8	
Хлеб ржаной	30	1,65	0,3	10,2	51	30	1,65	0,3	10,2	51	
<b>Всего за обед</b>	<b>840</b>	<b>32,33</b>	<b>19,54</b>	<b>112,1</b>	<b>749,84</b>	<b>960</b>	<b>35,23</b>	<b>22,19</b>	<b>119,88</b>	<b>814,52</b>	
<b>Всего за завтрак и обед</b>	<b>1460</b>	<b>49,25</b>	<b>32,99</b>	<b>222,8</b>	<b>1379,04</b>						

Ответственный за организацию горячего питания: Снадина Н.А. /Снадина Н.А./

Повар: Чашкина Т.А. /Чашкина Т.А./