

«Утверждено»

Директор

МБОУ «Жуковская СОШ»

/Кисткин В.А./

« 24 » января 2023 г.

Меню на 24.01.2023г.

МБОУ «Жуковская средняя общеобразовательная школа»

Вторник - 1 неделя

Завтрак 1-4 кл.

Наименование блюда	Выход, г.	Пищевые вещества			к/кал
	1-4 кл.	Белки	Жиры	Углеводы	
Каша вязкая молочная рисовая	200	5,2	6,5	28,4	199,7
Запеканка из творога	75	12,8	8,05	12,5	173,9
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Фрукты(мандарин)	140	1,1	0,3	10,3	49
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,4	22,4	101,8
Хлеб ржаной	25	1,3	0,25	8,5	42,5
Всего за завтрак	685	24,02	15,5	88,5	593,7

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	ы	
Салат из белокочанной капусты	80	1,3	8,1	7,8	108,7	100	1,6	10,1	9,6	136
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	145,8	200	4,13	6,6	21,88	162
Биточек из курицы	90	17,28	3,9	12,12	152,5	120	23,04	5,28	16,16	203,3
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	200	0,5	0	19,8	81
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
Всего за обед	810	35,01	23,44	115,82	807,94	960	43,77	28,57	127,94	935,52
Всего за завтрак и обед	1495	59,03	38,94	204,32	1401,64					

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

Повар: Чашкина Т.А. /Чашкина Т.А./