

«Утверждено»

Директор

МБОУ «Жуковская СОШ»

/Кисткин В.А./

« 26 января 2023 г.

Завтрак 1-4 кл.

Меню на 26.01.2023г.

МБОУ «Жуковская средняя общеобразовательная школа»

Четверг - 1 неделя

Наименование блюда	Выход, г.	Пищевые вещества			к/кал
	1-4 кл.	Белки	Жиры	Углеводы	
Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	285,8
Какао с молоком	200	4,6	4,4	12,5	107,2
Фрукты(яблоко)	120	0,5	0,5	11,8	53,3
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>590</b>	<b>18,42</b>	<b>16,85</b>	<b>89,5</b>	<b>590,6</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	
Помидоры в нарезке	100	1,1	0,2	3,8	21,4	100	1,1	0,2	3,8	21,4
Борщ с капустой	200	4,7	6,1	10,1	114,3	250	5,8	7,6	20,2	142,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9	180	9,8	8,28	43,08	286,6
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
Кисель из облепихи	200	0,3	1,1	11,9	59,8	200	0,3	1,1	11,9	59,8
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>770</b>	<b>29,1</b>	<b>18,6</b>	<b>72,2</b>	<b>576,4</b>	<b>850</b>	<b>31,8</b>	<b>21,48</b>	<b>89,48</b>	<b>652,6</b>
<b>Всего за завтрак и обед</b>	<b>1360</b>	<b>47,52</b>	<b>35,45</b>	<b>161,7</b>	<b>1167</b>					

Ответственный за организацию горячего питания: Снадина Н.А.

Повар: Чашкина Т.А.