

"Утверждено»

Директор

МБОУ «Жуковская СОШ»

/Кисткин В.А./

« 30 января 2023 г.»

Завтрак 1-4 кл.

Меню на 31.01.2023г.

МБОУ «Жуковская средняя общеобразовательная школа»

Вторник - 2 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
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
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	610	14,62	12,35	82,1	507

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	
Помидоры в нарезке	80	0,9	0,2	3	17,1	100	1,1	0,2	3,8	21,4
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,16	2,78	18,5	119,6	250	6,45	3,47	23,12	149,5
Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8	200	4,13	6,6	21,88	162
Котлета из курицы	90	17,16	3,84	12	152,5	100	19,06	4,2	13,3	169,4
Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	26,1	20	0,7	1,5	1,9	26,1
Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,4	200	0,3	0,1	8,4	35,4
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	830	33,47	15,26	103,5	683,3	960	37,89	16,91	112,4	750,6
Всего за завтрак и обед	1440	48,09	27,61	185,6	1190,3					

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

Повар: Са /Чашкина Т.А./