

  
 Утверждаю  
 Директор МОУ «СОШ с. Октябрьский  
 Городок имени Героя  
 Советского Союза И.А. Евтева»  
 И.Е. Котова/  
 2023 г.

**Меню для учащихся 5- 9 классов**  
**ОСПФ МОУ «СОШ с. Октябрьский Городок имени Героя Советского Союза И.А. Евтева» в с. Карамышка**  
**на 18.12.2023 г.**

№ реп	Выход блюда		Наименование блюд	Белки	Жиры	Угле воды	Энергети ческая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
	С 7 до 11 лет	С 11 лет и старше						Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
<b>Обед</b>															
23	60	80	Салат из свежей моркови	1,2	6,1	11,2	104	24,4	34	25,1 8	0,6 4	0	0,03	0	3,1
95	250	300	Борщ на мясном бульоне с капустой	1,81	4,91	125,2 5	102,50	44,3 8	26,2 5	53,2 3	1,1 9	0,00	0,05	0,1	10,2 9
256	180	200	Макаронные изделия отварные	5,8	0,08	31	155	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,01 5
366	80	100	Птица отварная	17,65	14,58	4,7	221	54,5	20,3	132, 9	1,6 2	43	0,05	0	0,02
487	200	200	Кисель из п/я концентрата	1	0	18	194	14	4	4	1	0	0,02	0,1	68
	50	60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	40	50	Хлеб ржаной	2,6	0,6	22,15	107	14,5	11	45,5	0,8 5	0	0,07 5	0	0
	<b>Итого</b>			<b>37,46</b>	<b>26,27</b>	<b>225,3</b>	<b>948,5</b>	<b>163, 88</b>	<b>135, 75</b>	<b>457, 31</b>	<b>6,6</b>	<b>43</b>	<b>0,33 5</b>	<b>1,9</b>	<b>82,4 25</b>