

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

**Меню для учащихся 5- 9 классов**  
**ОСПФ МОУ «СОШ с. Октябрьский Городок имени Героя Советского Союза И.А. Евтеева» в с. Карамышка**  
**на 28.12.2023 г.**

День 9

Обед

№ п/п	Выход блюда		Наименование блюд	белки	жиры	углево- ды	Энергетич- еская ценность	Минеральные вещества				Витамины			
	С 7 до 11 лет	С 11 лет и старш е						Са	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
50	60	80	Салат из свежей моркови	1,2	6,1	11,2	104	24,4	34	49,5	0,6 4	0	0,05	0	3,1
53	250	300	Борщ с капустой на курином бульоне.	1,81	4,91	125,2 5	102,5	44,3 8	26,2 5	53,2 3	1,1 9	0	0,05	0,01	10,2 9
56	150	180	Макаронные изделия отварные	5,8	0,08	31	155	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,01 5
57	80	100	Гуляш из мяса кур	12	11	5	177	17	17	18	1	0	0	0	4,5
95	200	200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,1 5	0,04	0,01	0,06	6,8
	50	60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>			<b>23,21</b>	<b>22,09</b>	<b>201,9 5</b>	<b>731,5</b>	<b>104, 88</b>	<b>122, 75</b>	<b>337, 23</b>	<b>4,2 8</b>	<b>0,04</b>	<b>0,22</b>	<b>1,77</b>	<b>24,7 05</b>