

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с. Рейдово

роспись

Ю.В. Балухтин

«04» декабря 2020 г.



МЕНЮ
 питания учащихся
 МБОУ СОШ с. Рейдово
 на декабрь 2020 года. День 1

07.12.2020 г.(понедельник)						
Наименование	Выход порции	Цена	белки	жиры	углеводы	калории
Завтрак						
Горошек отварной	80	21,48	2,5	0,16	5,2	32
Омлет с сыром	1/170/ 10	50,77	7,7	11,8	16,02	234
Масло слив.	1/10	3,78	0,1	7,2	0,1	66
хлеб	1/50	4,26	6,45	1,1	35	173
Чай с молоком	150/50 /15	11,14	1,52	1,35	15,9	81
фрукты	100	23,26	0,4	0,3	10,3	47
итого		114,69				
Обед						
Салат из соленых огурцов	100	13,22	0,645	0,08	1,36	10,47
Суп картоф. с рыбой	250	9,73	8,45	4,28	13,13	106,78
Котлеты домашние	81	36,30	8,17	11,29	18,66	191,38
Каша гречневая	180	10,62	4,5	9,3	46,2	290,4
Кисель	200	8,64	0,24	0,12	20,46	88
хлеб	70	5,96				
итого		84,47				
ИТОГО за сутки		199,16				