



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с. Рейдово им. Ильичёва П.И.
Ю.В. Балухтин
Подпись

« 16 » 12 2022 г.

МЕНЮ
питания учащихся
с 1 -4 класса

МБОУ СОШ с. Рейдово им. Ильичёва П.И.
на декабрь 2022 года. День 10 (16.12.2022г.)

16.12.2022 г.(пятница)						
Наименование	Выход порции	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Завтрак						
Каша жидкая молочная манная	200/10	30,26	6,11	10,72	25,38	178,1
Масло сливочное	10	9,5	0,1	7,2	0,1	66
Сыр (порциями)	20	24,2	5,3	5,3	0	70
Какао	200	20,2	0,07	0	15	60
Хлеб пш/рж-п	50/32	7,46	6,45	1,1	35	173
Фрукты	100	36,0	1,5	0,5	21	96
Итого:		127,62 р.	13,6	14,1	69,7	461,0
Обед						
★ Салат из свежих ^{зеленых} помидоров и огурцов	100	24,63	0,93	6,13	2,87	70,41
Суп картофельный с рыбой	250	21,5	8,45	4,28	13,13	106,78
Котлета домашняя	100	68,42	8,17	11,29	18,66	191,38
Картофельное пюре	180	34,7	3,7	2,8	29,53	164,7
Компот из сухофруктов	200	8,98	0,7	0,09	32,1	132,8
Хлеб пш/рж	70/40	10,01	6,16	1,4	44,4	231,6
Итого:		168,24 р.	28,1	26,0	140,7	897,7
ИТОГО за сутки		295,86 р.	41,7	40,1	210,4	1358,7

Заведующая производством Г.И. Пинах

★ Салат из соленых 100 32,27 0,77 0,09 1,63 12,56
огурцов



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с. Рейдово им. Ильичёва П.И.
Ю.В. Балухтин
подпись

16 12 2022 г.

МЕНЮ
питания учащихся
с 5 - 11 класс
МБОУ СОШ с. Рейдово им. Ильичёва П.И.
на декабрь 2022 года. День 10 (16.12.2022г.)

16.12.2022 г.(пятница)						
Наименование	Выход порции	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Завтрак						
Каша жидкая молочная манная	220/10	33,29	6,78	11,89	28,17	197,69
Масло сливочное	10	9,5	5,3	5,3	0	70
Сыр порциями	20	24,2	5,3	5,3	0	70
Какао	200	20,02	0,07	0	15	60
Хлеб пш/рж-п	50/32	7,46	6,45	1,1	35	173
Фрукты	100	36,0	1,5	0,5	21	96
Итого:		130,47р.	25,5	24,1	97,8	662,7
Обед						
★ Салат из свежих помидоров и огурцов	100	30,79	0,93	6,13	2,87	70,41
Суп картофельный с рыбой	280	24,1	9,46	4,79	14,71	119,59
Котлета домашняя	100	68,42	8,17	11,29	18,66	191,38
Пюре картофельное	200	38,56	2,10	1,55	13,65	91,35
Компот из сухофруктов	200	8,98	0,7	0,09	32,1	132,8
Хлеб пш/рж	70/40	10,01	6,16	1,4	44,4	231,6
Итого:		180,86 р.	27,5	25,3	126,4	837,1
ИТОГО за сутки		311,33 р.	53,1	49,4	224,2	1499,8

Залечено
ЛМ

Заведующая производством _____ Г.И. Пинах

★ Салат из солёных огурцов

100 32,27 0,77 0,09 1,63 12,56