

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с. Рейдово

Ю.В. Балухтин

роспись

«04» декабря 2020 г.



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

07.12.2020г. (понедельник)						
Наименование	Выход порции	Цена	белки	жиры	углеводы	калории
Завтрак						
Горошек отварной	1/80	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	1/200	46,52	0,4	0,3	10,3	47
итого		137,95				
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		222,42				