



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с. Рейдово

Ю.В. Балухтин

роспись

2021 г.

МЕНЮ
питания учащихся
с 1 -4 класса
МБОУ СОШ с. Рейдово
на сентябрь 2021 года. День 10 (08.10.2021)

08.10.2021 г.(пятница)						
Наименование	Выход порции	Цена	белки	жиры	углеводы	калории
Завтрак						
Каша жидкая молочная манная	200/10	22,34	6,11	10,72	25,38	178,1
Хлеб пш/рж	50/32	2,45	6,45	1,1	35	173
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	5,48	0,16	0,16	27,88	114,6
Сыр(порц-ми)	20	16,28	5,3	5,3	0	70
Масло сливочное (порциями)	10	7,29	0,1	7,2	0,1	66
итого		53,84 р.				
Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	23,67	0,93	6,13	2,87	70,41
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	4,60	10,11	3,97	15,01	139,8
Котлета домашняя	81	33,73	8,17	11,29	18,66	191,38
Картофельное пюре	180	30,99	3,7	2,8	29,53	164,70
Яблоко	100	26,50	1,5	0,5	21	96
Компот из сухофруктов	200	6,54	0,24	0,12	20,46	88
Хлеб пш/рж	70/40	3,43	6.16	1.4	44.4	231.6
итого		129,47 р.				
ИТОГО за сутки		183,30 р.				

Зам по АХЧ

А.С. Журавлёва



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с. Рейдово

Ю.В. Балухтин

роспись

10

2021 г.

МЕНЮ

питания учащихся

с 5 - 11 класс

МБОУ СОШ с. Рейдово

На сентябрь 2021 года. День 10 (08.10.2021г.)

08.10.2021 г.(пятница)

Наименование	Выход порции	Цена	белки	жиры	углеводы	калории
Завтрак						
Каша жидкая молочная манная	220/12	23,88	6,72	11,79	27,91	195,9
Хлеб пш/рж	50/32	2,45	6,45	1,1	35	173
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	5,48	0,16	0,16	27,88	114,6
Сыр «порц-ми)	20	16,28	5,3	5,3	0	70
Масло сливочное (порц-ми)	10	7,29	0,1	7,2	0,1	66
итого		55,37				
Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	23,67	0,93	6,13	2,87	70,41
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	280	5,22	11,32	4,45	16,81	156,60
Котлета домашняя	81	33,73	8,17	11,29	18,66	191,40
Пюре картофельное	200	34,45	2,109	1,554	13,653	91,35
Компот из сухофруктов	200	6,54	0,24	0,12	20,46	88
Яблоко	100	26,50	1,5	1,5	0,5	21
Хлеб пш/рж	70/40	3,43	6.16	1.4	44.4	231.6
итого		133,54 р.				
ИТОГО за сутки		195,45 р.				

Зам по АХЧ

А.С. Журавлёва