

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с. Рейдово

Ю.В. Балухтин



2021 г.

МЕНЮ
питания учащихся
с 5 - 11 класс
МБОУ СОШ с. Рейдово
на октябрь 2021 года. День 3 (13.10.2021г.)

13.10.2021 г.(среда)						
Наименование	Выход порции	Цена	белки	жиры	углеводы	калории
Завтрак						
Сырники из творога с мол.сгущ.	160	82,71	22.0	24.9	39.1	395
Чай с сахаром	200/15	3,53	0.07	0	15	60
Хлеб пш/рж-п	50/32	4,26	6,45	1,1	35	173
Масло сливоч(порция ми)	10	6,63	6,45	1,1	35	173
итого		97,12 р.				
Обед						
Винегрет овощ.	120	14,10	1.56	9.6	7.8	170.4
Яблоки	100	26,33	1,5	0,5	21	96
Суп картофел. с клецками	270	15,59	3.8	6.59	25.6	145.8
Мясо отварное на порцию супа	24	14,26	3.9	2.5	0	38.1
Хлебцы рыб. со смет.-том. соусе	120/50	17,14	18.3	10.5	8.8	178.8
Рис припущенный	200	11,57	4.7	7.92	48.95	264
Компот из сухофруктов	200	6,60	0.7	0.09	32.1	132.8
Хлеб пш/рж	70/40	5,96	3,93	1.4	44.4	231.6
итого		112,16р.				
ИТОГО за сутки		209,28 р.				

Зам по АХЧ

А.С.Журавлёва



МЕНЮ
питания учащихся
с 1 -4 класса
МБОУ СОШ с. Рейдово
на октябрь 2021 года. День 3 (13.10.2021г.)

13.10.2021 г.(среда)						
Наименование	Выход порции	Цена	белки	жиры	углеводы	калории
Завтрак						
Сырники из творога с мол.сгущ.	140	72,52	19.3	21.8	34.24	346
Чай с сахаром	200/15	3,53	0.07	0	15	60
Хлеб пш/рж-п	50/32	4,26	6,45	1,1	35	173
Масло сливочное (порциями)	10	6,63	0,1	7,2	0,1	66
итого		86,94 р.				
Обед						
Винегрет овощной	80	9,55	1.3	8	6.5	142
Яблоки	100	26,33	0,4	0,3	10,03	47
Суп картофельный с клецками	250	14,43	3.56	6.59	23.79	135
Мясо отварное на порцию супа	16	9,50	2.6	1.7	0	25.4
Хлебцы рыбные со сметан.-томат. соусом	100/50	14,98	15.28	8.8	7.4	149
Рис припущенный	180	10,42	4.32	7.2	44.5	240
Компот из сухофруктов	200	6,60	0.7	0.09	32.1	132.8
Хлеб пш/рж	70/40	5,96	6.16	1.4	44.4	231.6
итого		97,77				
ИТОГО за сутки		184,71 р.				

Зам по АХЧ _____ А.С.Журавлёва