



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с. Рейдово  
Ю.В. Балухтин

« 19 » 10 2021 г.

**МЕНЮ**  
**питания учащихся**  
**с 1 -4 класса**  
**МБОУ СОШ с. Рейдово**  
**На октябрь 2021 года. День 7 (19.10.2021г.)**

19.10.2021 г.(вторник)						
Наименование	Выход порции	Цена	белки	жиры	углеводы	калории
<b>Завтрак</b>						
Масло сливочное (порциями)	10	6,63	0.04	3.62	0.65	33
Каша молочная кукурузная	200/100	23,37	6,08	11,18	33,48	260
Чай с сахаром лимоном	200/15/7	5,86	0.13	0.02	15.2	62
Хлеб пш/рж-п	50/32	4,26	6,45	1,1	35	173
<b>Итого</b>		<b>40,12</b>				
<b>Обед</b>						
Салат картофельный с морковью и зел. горошком	80	12,76	2.7	7.07	9.52	112.7
Фрукты свежие яблоки	100	26,33	1.5	0.5	21	96
Уха ростовская	250	7,33	6.6	2.4	9.9	87.3
Гуляш из говядины	80	55,93	9,47	9,2	1,8	211
Рис припущенный	180	10,42	4,32	7,1928	44,50	240
Компот из свежих яблок	200	12,33	0.16	0.16	25.88	104.6
Хлеб пш/рж	70/40	5,96	6.16	1.4	44.4	231.6
<b>Итого</b>		<b>131,07 р.</b>				
<b>ИТОГО за сутки</b>		<b>171,18 р.</b>				

Зам по АХЧ

А.С.Журавлёва



**МЕНЮ**  
 питания учащихся  
 с 5 - 11 класс

**МБОУ СОШ с. Рейдово**

**на октябрь 2021 года. День 7 (19.10.2021г.)**

19.10.2021 г.(вторник)						
Наименование	Выход порции	Цена	белки	жиры	углеводы	калории
<b>Завтрак</b>						
Масло сливочное (порциями)	10	6,63	0.04	3.62	0.65	33
Каша молочная кукурузная	220/10	25,62	9,4	12,15	36,5	261,8
Чай с сахаром лимоном	200/15/7	5,86	0.13	0.02	15.2	62
Хлеб пш/рж-п	50/32	4,26	6,45	1,1	35	173
<b>итого</b>		<b>42,36 р.</b>				
<b>Обед</b>						
Салат картофельный с морковью и зел.горошком	120	19,49	3.24	8.48	11.4	135.2
Фрукты свежие яблоки	100	26,33	1.5	0.5	21	96
Уха ростовская	280	8,21	7.3	2.68	11.08	97.7
Гуляш из говядины	100	72,73	11,83	11,50	3,75	165,83
Рис припущенный	200	11,57	4,7952	7,992	49,395	266,40
Компот из свежих яблок	200	12,33	0.16	0.16	25.88	104.6
Хлеб пш/рж	70/40	5,96	6.16	1.4	44.4	231.6
<b>итого</b>		<b>156,33 р.</b>				
<b>ИТОГО за сутки</b>		<b>198,99 р.</b>				

Зам по АХЧ \_\_\_\_\_

А.С.Журавлёва