



МЕНЮ
питания учащихся
с 1 -4 класса
МБОУ СОШ с. Рейдово
на январь 2022 года. День 5 (14.01.2022г.)

14.01.2022 г.(пятница)						
Наименование	Выход порции	Цена	белки	жиры	углеводы	калории
Завтрак						
Масло сливочное (порционное)	10	6,63	0.08	7.25	0.13	66
Суп молочный с макаронными изделиями	250	17,95	5,47	4,75	17,96	150
Чай с 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
Яблоко	100	26,33	1,5	0,5	21	96
итого		61,03 р.				
Обед						
Салат из свеклы с зел.горошком	80	13,39	1.65	4.12	7.29	72.9
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	8,17	4.5	5.45	13.18	158.25
Мясо отварное на порцию супа	10	9,50	2,6	1,7	0	25,4
Рагу из птицы	200	82,90	15	15	13,5	225,72
Компот из св.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
Йогурт	115	51,75	2,2	5	16	120
итого		184р.				
ИТОГО за сутки		245,03 р.				

Зам по АХЧ  А.С. Журавлёва

