



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

подпись

01 2022 г.

МЕНЮ
питания учащихся
с 5 - 11 класс
МБОУ СОШ с. Рейдово
на январь 2022 года. День 3 (26.01.2022г.)

26.01.2022 г.(среда)						
Наименование	Выход порции	Цена	белки	жиры	углеводы	калории
Завтрак						
Сырники из творога с мол.сгущ.	160	70,69	22.0	24.9	39.1	395
Чай с сахаром	200/15	4,66	0.07	0	15	60
Хлеб пш/рж-п	50/32	4,10	6,45	1,1	35	173
Яблоко	100	35,00	1,5	0,5	21	96
Масло сливоч(порция ми)	10	8,37	6,45	1,1	35	173
итого		122.81 р.				
Обед						
Винегрет овощ.	120	22,49	1.56	9.6	7.8	170.4
Суп картофел. с клёцками	270	20,64	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	30,96	18.3	10.5	8.8	178.8
Рис припущенный	200	13,56	4.7	7.92	48.95	264
Компот из сухофруктов	200	9,10	0.7	0.09	32.1	132.8
Хлеб пш/рж	70/40	5,74	3,93	1.4	44.4	231.6
итого		107,74р.				
ИТОГО за сутки		230,55 р.				

Зам по АХЧ

А.С.Журавлёва