



Утверждаю

Директор МБОУ СОШ с. Рейдово

Ю.В. Балухтин

02 2022

### МЕНЮ

питания учащихся

с 1 по 4 класс

МБОУ СОШ с.Рейдово

Дата: 24.02.2022 (четверг) День персп. меню 1

| №Рецепта        | Наименование                                  | Выход порции | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|-----------------|---|--------------|--------|--------------|--------|-------|----------|
| <b>ЗАВТРАК</b>  |   |              |        |              |        |       |          |
| 181             | Омлет натуральный с горошком консервированным | 250          | 106,02 | 360,00       | 18,30  | 28,16 | 8,20     |
| 377             | Чай с сахаром и лимоном                       | 200          | 7,11   | 56,00        | 0,20   | 0,00  | 13,60    |
| ПР              | Хлеб пшеничный/ржано-пшен.                    | 50           | 4,10   | 173,00       | 6,45   | 1,10  | 35,00    |
| 14              | Масло сливочное                               | 10           | 8,37   | 66,00        | 0,10   | 7,20  | 0,10     |
| ПР              | Мандарин                                      | 100          | 42,00  | 38,00        | 0,80   | 0,20  | 7,50     |
| Итого завтрак:  |   |              | 167,60 |              |        |       |          |
| <b>ОБЕД</b>     |   |              |        |              |        |       |          |
| 21              | Салат из солёных огурцов                      | 80           | 23,26  | 12,56        | 0,77   | 0,10  | 1,63     |
| 200             | Суп картофельный с рыбой                      | 250          | 15,16  | 106,78       | 8,45   | 4,28  | 13,13    |
| 271             | Котлеты домашние                              | 100          | 43,28  | 239,23       | 10,21  | 14,11 | 23,33    |
| 309             | Макаронные изделия                            | 180          | 13,41  | 260,30       | 6,30   | 7,40  | 31,00    |
|                 |   |              |        |              |        |       |          |
| ПР              | Хлеб пшеничный                                | 70           | 5,74   | 44,40        | 231,60 | 6,16  | 1,40     |
| ПР              | Хлеб ржано-пшеничный                          | 40           | 3,28   | 25,37        | 132,34 | 3,52  | 0,80     |
| 377             | Чай с сахаром и лимоном                       | 200          | 7,11   | 56,00        | 0,20   | 0,00  | 13,60    |
| Итого обед:     |   |              | 111,24 |              |        |       |          |
| ИТОГО за сутки: |   |              | 278,84 |              |        |       |          |

Составил зам. директора по АХЧ

*Князева*

Ю.Б. Князева



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ с. Рейдово  
 Ю.В. Балухтин  
 " 02 " 2022

МЕНЮ  
 питания учащихся  
 с 5 по 11 класс  
 МБОУ СОШ с.Рейдово

Дата: 24.02.2022 (четверг) День персп. меню 1

| №Рецепта | Наименование                                  | Выход порции | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|----------|---|--------------|--------|--------------|--------|-------|----------|
| ЗАВТРАК  |   |              |        |              |        |       |          |
| 181      | Омлет натуральный с горошком консервированным | 280          | 118,74 | 403,20       | 20,50  | 31,54 | 9,18     |
| 377      | Чай с сахаром и лимоном                       | 200          | 7,11   | 56,00        | 0,20   | 0,00  | 13,60    |
| ПР       | Хлеб пшеничный/ржано-пшен.                    | 50           | 4,10   | 173,00       | 6,45   | 1,10  | 35,00    |
| 14       | Масло сливочное                               | 10           | 8,37   | 66,00        | 0,10   | 7,20  | 0,10     |
| ПР       | Мандарин                                      | 100          | 42,00  | 38,00        | 0,80   | 0,20  | 7,50     |
|          | Итого завтрак:                                |              | 180,32 |              |        |       |          |
| ОБЕД     |   |              |        |              |        |       |          |
| 21       | Салат из солёных огурцов                      | 120          | 34,89  | 18,84        | 1,16   | 0,14  | 2,45     |
| 200      | Суп картофельный с рыбой                      | 295          | 17,89  | 126,00       | 9,97   | 5,05  | 15,49    |
| 271      | Котлеты домашние                              | 115          | 49,77  | 275,11       | 11,74  | 16,23 | 26,82    |
| 309      | Макаронные изделия                            | 200          | 14,90  | 289,22       | 7,00   | 8,22  | 34,44    |
| ПР       | Хлеб пшеничный                                | 70           | 5,74   | 44,40        | 231,60 | 6,16  | 1,40     |
| ПР       | Хлеб ржано-пшеничный                          | 40           | 3,28   | 25,37        | 132,34 | 3,52  | 0,80     |
| 377      | Чай с сахаром и лимоном                       | 200          | 7,11   | 56,00        | 0,20   | 0,00  | 13,60    |
|          | Итого обед:                                   |              | 133,58 |              |        |       |          |
|          | ИТОГО за сутки:                               |              | 313,90 |              |        |       |          |

Составил зам. директора по АХЧ

*Ю.Б. Князева*

Ю.Б. Князева