



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

МЕНЮ  
питания учащихся  
с 1 по 4 класс  
МБОУ СОШ с.Рейдово

Дата: 15.03.2022 (вторник) День персп. меню 2

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
181	Каша жидкая молочная манная	200	23,79	178,10	6,11	10,72	25,38
378	Чай с молоком	200	9,83	60,00	1,52	1,35	15,90
ПР	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50	5,00	173,00	6,45	1,10	35,00
14	Масло сливочное	10	7,40	66,00	0,10	7,20	0,10
ПР	Яблоко	100	27,00	47,00	0,40	0,30	10,30
Итого завтрак:			73,02				
ОБЕД							
45	Салат из капусты б/к с морковью	80	12,03	47,68	1,10	2,60	5,02
87	Щи из свежей капусты	260	20,88	95,00	4,40	6,70	7,90
246	Гуляш из отварной говядины	100	72,31	211,00	9,47	9,20	1,80
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,18	290,40	9,47	9,20	1,80
ПР	Хлеб пшеничный	40	5,00	115,80	6,16	1,40	44,40
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,00	115,80	6,00	1,20	42,40
648	Кисель плодово-ягодный	200	9,40	88,00	0,24	0,12	20,46
Итого обед:			144,80				
ИТОГО за сутки:			217,82				

Составил зам. директора по АХЧ

*Князева*

Ю.Б. Князева

*Всерайонно  
конкурс*



Утверждаю

Директор МБОУ СОШ с. Рейдово

Ю.В. Балухтин

03 2022

### МЕНЮ

питания учащихся

с 5 по 11 класс

МБОУ СОШ с.Рейдово

Дата: 15.03.2022 (вторник) День персп. меню 2

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
181	Каша жидкая молочная манная	220	26,17	195,91	6,72	11,79	27,92
378	Чай с молоком	200	9,83	60,00	1,52	1,35	15,90
ПР	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50	5,00	173,00	6,45	1,10	35,00
14	Масло сливочное	10	7,40	66,00	0,10	7,20	0,10
ПР	Яблоко	100	27,00	47,00	0,40	0,30	10,30
	Итого завтрак:		75,40				
ОБЕД							
45	Салат из капусты б/к с морковью	80	12,03	47,68	1,10	2,60	5,02
87	Щи из свежей капусты	280	22,49	102,31	4,74	7,22	8,51
246	Гуляш из отварной говядины	100	72,31	211,00	9,47	9,20	1,80
302	Каша гречневая рассыпчатая	200	22,42	322,67	10,52	10,22	2,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	5,00	115,80	6,16	1,40	44,40
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,00	115,80	6,00	1,20	42,40
648	Кисель плодово-ягодный	200	7,11	56,00	0,20	0,00	13,60
	Итого обед:		146,36				
	ИТОГО за сутки:		221,76				

Составил зам. директора по АХЧ

*Жукова*

Ю.Б. Князева