



Утверждаю

Директор МБОУ СОШ с. Рейдово

Ю.В. Балухтин

"16" 03 2022

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

Дата: 16.03.2022 (среда) День персп. меню 3

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
219	Сырники из творога с молоком сгущеным	160	72,08	346	19,3	21,8	34,28
376	Чай с сахаром	200	3,94	60	0,07	0	15
ПР	Хлеб пшеничный	50	5	173	6,45	1,1	35
			7,4	66	0,1	7,2	0,1
ПР	Йогурт	100	52,33	120	2,2	5	16
	Итого завтрак:		140,754				
ОБЕД							
67	Винегрет овощной	120	14,58	142	1,3	8	6,5
108	Суп картофельный с клецками	285	37,15	160,4	3,56	6,59	23,79
238	Хлебцы рыбные с соусом сметанным	170	18,14	149	15,28	8,8	7,4
			15,39	240	4,32	7,1928	44,5
377	Хлеб пшеничный	70	7,00	231,6	6,16	1,4	44,4
342	Компот из сухофруктов	200	9,10	132,8	0,7	0,09	32,1
	Итого обед:		101,36				
	ИТОГО за сутки:		242,12				

Составил зам. директора по АХЧ

Князева

Ю.Б. Князева



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с. Рейдово
 Ю.В. Балухтин
 03 2022

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

Дата: 15.03.2022 (среда) День персп. меню 3

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
219	Сырники из творога с молоком сгущеным	140	60,07	346	19,3	21,8	34,28
376	Чай с сахаром	200	3,94	60	0,07	-	15
ПР	Хлеб пшеничный	50	5,00	173	6,45	1,1	35
14	Масло сливочное (порциями)	10	7,40	66	0,1	7,2	0,1
ПР	Йогурт	100	52,33	120	2,2	5	16
Итого завтрак:			128,74				
ОБЕД							
67	Винегрет овощной	80	14,58	142	1,3	8	6,5
108	Суп картофельный с клецками	260	30,96	160,4	3,56	6,59	23,79
238	Хлебцы рыбные с соусом сметанным	130	18,14	149	15,28	8,8	7,4
305	Рис припущенный	180	15,39	240	4,32	7,1928	44,5
377	Хлеб пшеничный	70	7,00	231,6	6,16	1,4	44,4
342	Компот из сухофруктов	200	9,10	132,8	0,7	0,09	32,1
Итого обед:			95,17				
ИТОГО за сутки:			223,91				

Составил зам. директора по АХЧ

Ю.Б. Князева

Ю.Б. Князева