



Утверждаю

Директор МБОУ СОШ с. Рейдово

Ю.В. Балухтин

" 05.05.2022 "

МЕНЮ

питания учащихся

с 1 по 4 класс

МБОУ СОШ с.Рейдово

Дата: 05.05.2022 (среда)

День персп. меню 3

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
гор.блюдо о	219 Сырники из творога с молоком сгущенным	140	60,07	346	19,3	21,8	34,28
гор.напиток	376 Чай с сахаром	200	3,94	60	0,07	-	15
хлеб	ПР 14 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 Яблоко	100	35,00	47	0,4	0,3	10,3
фрукты							
Итого завтрак:			111,41				
<b>ОБЕД</b>							
закуска	67 Винегрет овощной	80	14,58	142	1,3	8	6,5
1 блюдо	108 Суп картофельный с клецками	260	30,96	160,4	3,56	6,59	23,79
2 блюдо	238 Хлебцы рыбные с соусом сметанным	130	18,14	149	15,28	8,8	7,4
гарнир	305 Рис припущенный	180	15,39	240	4,32	7,1928	44,5
сладкое							
хлеб бел.	377 Хлеб пшеничный	70	7,00	231,6	6,16	1,4	44,4
хлеб черн.							
	342 Компот из сухофруктов	200	9,10	132,8	0,7	0,09	32,1
Итого обед:			95,17				
ИТОГО за сутки:			206,58				

Составил зам. директора по АХЧ

А.С. Журавлёва



Утверждаю

Директор МБОУ СОШ с. Рейдово

Ю.В. Балухтин

05 2022

### МЕНЮ

питания учащихся  
с 5 по 11 класс

МБОУ СОШ с.Рейдово

Дата: 05.05.2022 (среда) День персп. меню 3

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийн ость	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
219	Сырники из творога с молоком сгущенным	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
14	Масло сливочное (порциями)	10	7,4	66	0,1	7,2	0,1
ПР	Яблоко	100	35	47	0,4	0,3	10,3
	Итого завтрак:		123,424				
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
305	Рис припущенный	200	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:		224,79				

Составил зам. директора по АХЧ

А.С. Журавлёва