

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ с. Рейдово  
 В.М. Рыжов  
 " 18 " 04 2022

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

Дата: 19.04.2022 (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

*Князева*

Ю.Б. Князева

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ с. Рейдово  
 В.М. Рыжов  
 " 18 " 04 2022

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

Дата: 19.04.2022 (вторник) День персп. меню 2

| №Рецепта               | Наименование                    | Выход порции | Цена          | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------------------|---------------------------------|--------------|---------------|--------------|-------|-------|----------|
| <b>ЗАВТРАК</b>         |                                 |              |               |              |       |       |          |
| 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         |              |       |       |          |
| <b>ОБЕД</b>            |                                 |              |               |              |       |       |          |
| 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        |              |       |       |          |
| <b>ИТОГО за сутки:</b> |                                 |              | <b>217,82</b> |              |       |       |          |

Составил зам. директора по АХЧ



Ю.Б. Князева