



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с. Рейдово
 Ю.В. Балухтин
 09 2022

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

Дата: 26.04.2022 (вторник) День персп. меню 7

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
гор.блюдо о	174 Каша молочная кукурузная	200	26,15	135	8,6	11,05	33,23
гор.напиток	377 Чай с сахаром и лимоном	200	6,81	56	0,2	0	13,6
хлеб	ПР Хлеб пшеничный	50	5,00	173	6,45	1,1	35
	14 Масло сливочное (порциями)	10	7,4	66	0,1	7,2	0,1
фрукты	338 Груша	250	27,00	96	1,5	0,5	21
Итого завтрак:			72,36				
ОБЕД							
закуска	40 Салат картофельный с морковью и горошком	80	15,71	59,1	6,6	2,4	9,9
1 блюдо	119 Уха ростовская	250	10,46	87,3	2	5,09	12,7
2 блюдо	246 Гуляш из отварной говядины	100	72,32	211	9,47	9,2	1,8
гарнир сладкое	302 Каша гречневая рассыпчатая	180	20,196	290,4	4,5	9,3	47,2
хлеб бел.	ПР Хлеб пшеничный	40	4,00	132,34	3,08	0,70	22,20
хлеб черн.	ПР Хлеб ржано-пшеничный	30	3,00	99,26	3	0,7	21,3
	342 Компот из свежих яблок	200	13,20	114,6	0,16	0,16	27,88
Итого обед:			125,69				
ИТОГО за сутки:			198,04				

Составил зам. директора по АХЧ

А.С. Журавлёва



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с. Рейдово
 Ю.В. Балухтин
 04 2022

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

Дата: 26.04.2022 (вторник) День персп. меню 7

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийн ость	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
174	Каша молочная кукурузная	220	28,46	150	9	11	35
377	Чай с сахаром и лимоном	200	6,82	56	0,2	0	13,6
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,9	173	6,45	1,1	35
			18,3	70	5,3	5,3	0
14	Масло сливочное (порциями)	10	7,38	66	0,1	7,2	0,1
338	Груша	250	35,5	38	0,8	0,2	7,5
	Итого завтрак:		101,36				
ОБЕД							
40	Салат картофельный с морковью и горошком	80	15,71	59,1	6,6	2,4	9,9
119	Уха ростовская	250	10,46	87,3	2	5,09	12,7
246	Гуляш из отварной говядины	100	72,32	211	9,47	9,2	1,8
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,20	290,4	4,5	9,3	47,2
ПР	Хлеб пшеничный	40	4,00	132,34	3,08	0,7	22,2
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,00	99,26	3,00	0,70	21,30
342	Компот из свежих яблок	200	13,20	114,6	0,16	0,16	27,88
	Итого обед:		138,89				
	ИТОГО за сутки:		240,25				

Составил зам. директора по АХЧ

А.С. Журавлёва