



Утверждаю

Директор МБОУ СОШ с. Рейдово

Ю.В. Балухтин

04 2022

МЕНЮ

питания учащихся
с 1 по 4 класс

МБОУ СОШ с.Рейдово

Дата: 29.04.2022 (пятница) День персп. меню 10

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
гор.блюдо гор.напиток	181 Каша вязкая молочная пшеничная	250	24,68	178,1	6,11	10,72	25,38
	377 Чай с сахаром и лимоном	200	7,11	0,20	0,00	13,60	56
хлеб	ПР Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50	4,10	6,45	1,1	35	173
	15 Сыр (порциями)	100	23,10	5,3	5,3	0	70
	14 Масло сливочное	10	8,37	0,1	7,2	0,1	66
фрукты	Пр Йогурт	100	52,33	120	2,2	5	16
Итого завтрак:			119,69				
ОБЕД							
закуска	24 Салат из солёных огурцов	80	46,07	70,41	0,93	6,13	2,87
1 блюдо	119 Уха ростовская	250	10,46	87,3	2	5,09	12,7
2 блюдо	217 Котлета домашняя	100	40,00	191,38	8,17	11,29	18,66
гарнир	312 Картофельное пюре	180	25,77	164,7	3,7	2,8	29,53
сладкое							
хлеб бел.	ПР Хлеб пшеничный	70	5,74	231,6	6,16	1,4	44,4
хлеб черн.	ПР Хлеб ржано-пшеничный	40	3,28	132,34	3,52	0,80	25,37
	349 Чай с лимоном	200	9,10	132,8	0,7	0,09	32,1
Итого обед:			140,41				
ИТОГО за сутки:			260,10				

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: 29.04.2022 (пятница) День персп. меню 10

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
181	Каша вязкая молочная пшеничная	300	29,616	213,72	7,332	12,864	30,456
377	Чай с сахаром и лимоном	200	7,11	0,2	0	13,6	56
ПР	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50	4,1	6,45	1,1	35	173
15	Сыр (порциями)	130	30,03	6,89	6,89	0	91
14	Масло сливочное	10	8,37	0,1	7,2	0,1	66
Пр	Йогурт	100	52,33	120	2,2	5	16
	Итого завтрак:		131,556				
ОБЕД							
24	Салат из солёных огурцов	120	69,10	105,62	1,40	9,20	4,31
119	Уха ростовская	295	12,34	103,01	2,36	6,01	14,99
217	Котлета домашняя	100	40,00	191,38	8,17	11,29	18,66
312	Картофельное пюре	200	28,63	183,00	4,11	3,11	32,81
ПР	Хлеб пшеничный	70	5,74	231,60	6,16	1,40	44,40
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,28	132,34	3,52	0,80	25,37
349	Чай с лимоном	200	9,10	132,80	0,70	0,09	32,10
	Итого обед:		168,19				
	ИТОГО за сутки:		299,75				

Составил зам. директора по АХЧ

А.С. Журавлёва