



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с. Рейдово
 О.В. Балухтин
 " 11 " 2022

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

Дата: 11.05.2022 (среда) День персп. меню 8

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК								
гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная пшениая	200	25,02	286	8,6	11,05	33,23
гор.напиток	379	Какао	200	21,00	100,6	3,17	2,68	15,95
хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	50	5,00	173	6,45	1,1	35
	14	Масло сливочное (порциями)	10	7,40	66	0,08	7,25	0,13
	15	Сыр порциями	20	18,26	70	5,3	5,3	0
фрукты	338	Яблоко	100	35,00	147	0,4	0,3	10,3
Итого завтрак:			111,68					
ОБЕД								
закуска	62	Салат из моркови	80	12,88	52,3	1,25	0,1	11,61
1 блюдо	113	Суп-лапша	260	17,86	102,1	7,73	7,32	14,8
2 блюдо	280	Фрикадельки мясные в соусе	121	39,08	205	13,7	14,61	9,85
гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,20	290,4	4,5	9,3	47,2
сладкое	ПР	Хлеб пшеничный	40	4,00	132,34	3,08	0,7	22,2
хлеб бел.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,00	99,26	3,00	0,70	21,30
хлеб черн.	349	Компот из сухофруктов	200	6,80	231,6	6,16	1,4	44,4
ИТОГО за сутки:			215,49					

Составил зам. директора по АХЧ

А.С. Журавлёва



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

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

Дата: 11.05.2022 (среда) День персп. меню 8

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
173	Каша вязкая молочная пшениая	220	27,52	286	9,46	12,155	36,553
379	Какао	200	21	100,6	3,17	2,68	15,95
ПР	Хлеб пшеничный	50	5	173	6,45	1,1	35
14	Масло сливочное (порциями)	10	7,4	66	0,08	7,25	0,13
15	Сыр порциями	20	18,26	70	5,3	5,3	0
338	Яблоко	100	35	147	0,4	0,3	10,3
	Итого завтрак:		114,18				
ОБЕД							
62	Салат из моркови	120	19,32	62,76	1,5	0,12	13,932
113	Суп-лапша	295	28,57	112,3	8,45	8,11	16,57
280	Фрикадельки мясные в соусе	200	22,34	13,7	14,61	9,85	205
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
349	Компот из сухофруктов	200	200	6,80	231,6	6,16	1,4
					0,13	0,02	15,20
	ИТОГО за сутки:		411,60				

Составил зам. директора по АХЧ

А.С. Журавлева