



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с. Рейдово
 Ю.В. Балухтин
 05 2022

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

Дата: 19.05.2022 (четверг) День персп. меню 4

| №Рецепта | Наименование | Выход порции | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|---------------------------------------|--------------|---------------|--------------|-------|-------|----------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 174 | Каша рисовая молочная | 220 | 32,51 | 400 | 6 | 10,85 | 52,93 |
| 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 | 70 | 5,3 | 5,3 | 0 |
| 338 | Апельсин | 100 | 36 | 38 | 0,8 | 0,2 | 7,5 |
| | Итого завтрак: | | 101,91 | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 24 | Нарезка из свежих помидоров и огурцов | 100 | 45,63 | 70,41 | 0,93 | 6,13 | 2,87 |
| 81 | Борщ | 295 | 39,86 | 152,6 | 6,88 | 7 | 18,36 |
| 290,331 | Птица тушеная в соусе | 130 | 52,99 | 134,7 | 11,5 | 8,57 | 0,47 |
| 309 | Макаронные изделия | 200 | 14,46 | 260,3 | 6,3 | 7,4 | 31 |
| 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 |
| 377 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 6,81 | 62 | 0,13 | 0,02 | 15,2 |
| | Итого обед: | | 166,75 | | | | |
| | ИТОГО за сутки: | | 268,66 | | | | |

Составил зам. директора по АХЧ

А.С. Журавлёва



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

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

Дата: 19.05.2022 (четверг) День персп. меню 4

| №Рецепта | Наименование | Выход порции | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------|---------------------------------------|--------------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 174 | Каша рисовая молочная | 200 | 28,50 | 334 | 6 | 10,85 | 52,93 |
| 379 | Какао | 200 | 21,00 | 100,6 | 3,17 | 2,68 | 15,95 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 50 | 5,00 | 173 | 6,45 | 1,1 | 35 |
| 14 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 7,40 | 70 | 5,3 | 5,3 | 0 |
| 338 | Апельсин | 100 | 36,00 | 38 | 0,8 | 0,2 | 7,5 |
| Итого завтрак: | | | 97,90 | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 24 | Нарезка из свежих помидоров и огурцов | 100 | 46,07 | 70,41 | 0,93 | 6,13 | 2,87 |
| 81 | Борщ | 270 | 32,09 | 152,6 | 6,88 | 7 | 18,36 |
| 290,331 | Птица тушеная в соусе | 130 | 52,99 | 134,7 | 11,5 | 8,57 | 0,47 |
| 309 | Макаронные изделия | 180 | 14,46 | 260,3 | 6,3 | 7,4 | 31 |
| 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 |
| 377 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 6,81 | 62 | 0,13 | 0,02 | 15,2 |
| Итого обед: | | | 159,42 | | | | |
| ИТОГО за сутки: | | | 257,31 | | | | |

Составил зам. директора по АХЧ

А.С. Журавлёва