


2023 г.

**МЕНЮ**  
питания учащихся  
**с 5 - 11 класс**  
**МБОУ СОШ с. Рейдово им. Ильичёва П.И.**  
**на сентябрь 2023 года. День 3 (20.09.2023г.)**

20.09.2023 г.(среда)						
Наименование	Выход порции	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная манная	200	27,08	2	17	96	196
Масло сливочное	10	11,30	5	0	0	70
Какао с молоком	200	18,50	0	15	60	70
Хлеб пшеничный	40	3,65	3	0	20	97
Блины со сгущённым молоком	60/50	47,66	9	9	56	390
<b>Итого:</b>	<b>560 гр.</b>	<b>108,19 руб.</b>	<b>26</b>	<b>35</b>	<b>125</b>	<b>823</b>
<b>Обед</b>						
Помидор в нарезке с перцем сладким	80	57,32	2	0	7	38
Борщ с картофелем и сметаной	250	37,33	4	4	18	111
Мясо отварное на порцию супа	16	10,14	3	2	0	25
Котлета рыбная с морковью	100	7,11	18	9	7	169
Рис припущенный	180	15,96	4	5	36	209
Компот из с/м ягод	200	14,38	1	0	32	133
Хлеб пшеничный	45	4,11	4	0	22	109
Хлеб ржаной	48	<b>4,38</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	<b>124</b>
Печенье	40	<b>8,40</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>39</b>	<b>150</b>
Сок	200	<b>23,53</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>18</b>	<b>76</b>
<b>Итого</b>	<b>1159 гр.</b>	<b>182,66 руб.</b>	<b>39</b>	<b>39</b>	<b>168</b>	<b>1144</b>
<b>ИТОГО за сутки</b>		<b>290,85 руб.</b>	<b>69</b>	<b>52</b>	<b>173</b>	<b>1957</b>

Заведующая производством  Г.И.Пинах

**ПРИЯТНОГО ВАМ АППЕТИТА!!!!**