



**МЕНЮ**

питания учащихся

с 5 11 класса

**МБОУ СОШ с. Рейдово им. Ильичёва П.И.**

**на октябрь 2023 года. День 4 (19.10.2023)**

19.10.2023 г.(четверг)						
Наименование	Выход порции	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>Завтрак</b>						
Горошек отварной консервированный.	25	5,00	3	0	0	32
Омлет натуральный	200	63,76	19	23	6	387
Масло сливочное порциями	10	11,30	0	8	0	75
Хлеб пшеничный	40	3,65	3	0	20	97
Чай с сахаром	200	3,89	0	0	9	25
Фрукты яблоко	100	28,73	0	0	56	28
<b>Итого:</b>	<b>575 гр.</b>	<b>116,33 руб.</b>	<b>25</b>	<b>31</b>	<b>91</b>	<b>644</b>
<b>Обед</b>						
Винегрет с растительным маслом	80	29,09	2	7	5	89
Суп картофельный с клёцками	250	39,80	5	8	23	150
Курица тушёная с морковью	100	56,31	14	6	4	131
Каша гречневая рассыпчатая	180	15,84	12	9	42	256
Овощи отварные с чесноком	50	37,30	4	0	7	220
Компот из с/м ягод	200	12,38	0	0	19	97
Хлеб пшеничный	45	4,11	4	0	2	109
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>48</b>	<b>4,38</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	<b>124</b>
<b>Коржик молочный</b>	<b>40</b>	<b>10,23</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>25</b>	<b>150</b>
<b>Итого:</b>	<b>993 гр.</b>	<b>209,44р.</b>	<b>43</b>	<b>26</b>	<b>129</b>	<b>1326</b>
<b>ИТОГО за сутки:</b>		<b>325,77р.</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>194</b>	<b>1970</b>

Заведующая производством

*Г.И. Пинах*

Г.И.Пинах

**ПРИЯТНОГО ВАМ АППЕТИТА!!!!**