



МЕНЮ
питания учащихся
с 1 -4 класса
МБОУ СОШ с. Рейдово им. Ильичева П. И.
на ноябрь 2023 года. День 9 (30.11.2023г.)

30.11.2023 г.(четверг)						
Наименование	Выход порции	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Завтрак						
Плов с изюмом	150	24,87	5	5	18	270
Масло слив (порциями)	10	11,30	0,1	7,2	0,1	66,1
Хлеб пшеничный	40	3,65	3	0	20	97
Чай с сахаром и лимоном	200	5,62	0	0	15	62
Фрукты банан	100	34,60	0	0	75	93
Итого:	500 р.	80,04 р.	8,1	12,2	128,1	588,1
Обед						
Салат картофельный с кукурузой	60	18,23	1	5	3	59
Суп картофельный с крупой(рис)	200	23,64	5	5	14	124
Гуляш из говядины	100	82,76	11	9	0	135
Пюре гороховое	150	7,87	6	7	31	160
Коржик молочный	80	17,57	3	5	35	150
Компот из свежих яблок и с/м ягод	200	12,38	1	0	32	132
Хлеб пшеничный	45	4,11	4	0	22	109
Хлеб ржаной	48	4,38	4	2	20	124
Итого:	883 гр.	170,94 р.	35	33	157	993
ИТОГО за сутки	1383	250,98 р.	43,1	45,2	285,1	1581,1

Заведующая производством  Е.Ю.Денисова

ПРИЯТНОГО ВАМ АППЕТИТА!!!!