



МЕНЮ
питания учащихся
с 1 -4 класса
МБОУ СОШ с. Рейдово им. Ильичёва П.И.
на январь 2025 года. День 8 (22.01.2025 г.)

22.01.2025 г (среда)						
Наименование	Выход порции	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Завтрак						
Масло сливочное	10	11,30	0,1	7,2	0,1	66,1
Сыр порциями	10	11,50	2	2	1	16
Суп молочный с крупой	160	22,16	9	12	33	286
Чай с сахаром	180	4,6	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб пшеничный	40	3,65	3	0	20	97
Фрукты яблоко	100	28,73	4	1	56	28
Итого:	560 гр.	81,94 р.	18,3	22,2	116,6	619,9
Обед						
Салат из свежих овощей	60	31,89	1	4	45	52
Свекольник со сметаной и яйцом	200	38,39	8	7	15	102
* Рыба запечённая , соус	90/40	21,06	14	15	10	105
Макароны отварные	150	16,17	5	4	32	190
Овощи припущенные	50	17,82	1	7	34	101
Сок фруктовый	200	23,33	0	0	18	76
Хлеб пшеничный	45	4,11	4	0	22	109
Хлеб ржаной	48	4,38	4	2	20	124
Булочка домашняя	50	12,78	4	7	28	190
Итого:	903 гр.	170,13р.	41	46	224	1049
ИТОГО за сутки	1463	252,07 р.	59,3	68,2	340,6	1568,9

Заведующая производством  Г.И.Пинах

ПРИЯТНОГО ВАМ АППЕТИТА!!!!

Утверждаю:
 МБОУ СОШ
 с. Рейдово им. Ильичёва П.И.
 Ю.В. Балухтин
 подпись
 « 22 » января 2025 г.

Директор
 МП. ДЛЯ
 ДОКУМЕНТОВ

МЕНЮ
 питания учащихся
с 5 - 11 класс
 МБОУ СОШ с. Рейдово им. Ильичёва П.И.
 на январь 2025 года. День 8 (22.01.2025 г.)

22.01.2025 г.(среда)						
Наименование	Выход порции	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Завтрак						
Масло сливочное	10	11,30	0	8	0	75
Сыр порциями	20	23,00	7	7	2	40
Суп молочный с крупой	220	35,26	12	21	36	282
Чай с сахаром	200	3,18	0	0	7	27
Хлеб пшеничный	40	3,65	3	0	20	97
Фрукты яблоко	100	28,73	0	0	10	47
Итого:	590 гр.	105,12р.	24	36	87	568
Обед						
Салат из свежих овощей	100	42,34	2	5	53	63
Свекольник со сметаной и яйцом	250/10/ 10	52,99	9	8	17	120
Рыба запечённая , соус	100/40	31,26	15	17	12	132
Макароны отварные, овощи припущенные	180/50	39,19	7	12	61	360
Сок фруктовый	200	23,33	1	0	28	85
Хлеб пшеничный	45	4,11	4	0	22	109
Хлеб ржаной	48	4,38	4	2	20	124
Итого:	1033 гр.	197,60 р.	35	35	165	10449
ИТОГО за сутки		302,72р.	60	63	252	1720

Заведующая производством  Г.И.Пинах
ПРИЯТНОГО ВАМ АППЕТИТА!!!