

Утверждаю
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи



Е.Н.Корчева

Меню на 19 ноября 2023

Завтрак I 8-00

| наименование блюда | масса порции(гр) | | калорийность(ккал) | |
|-------------------------|------------------|-------------|--------------------|---------------|
| | 7-11лет | 12 и старше | 7-11лет | 12лет и ст |
| чай с сахаром | 200,0 | 200,0 | 51,50 | 51,50 |
| хлеб пшеничный | 80,0 | 80,0 | 193,60 | 193,60 |
| сыр твердый в нарезке | 15,0 | 15,0 | 54,50 | 54,50 |
| масло сливочное | 10,0 | 10,0 | 75,00 | 75,00 |
| итого за завтрак | | | 374,60 | 374,60 |

Завтрак II 10-00

| | | | | |
|-------------------------|-------|-------|---------------|--------------|
| каша молочная пшеничная | 200,0 | 250,0 | 240 | 245 |
| чай с сахаром | 200,0 | 200,0 | 51,50 | 51,50 |
| хлеб пшеничный | 80,0 | 80,0 | 193,6 | 193,6 |
| сыр твердый в нарезке | 15,0 | 15,0 | 54,50 | 54,50 |
| масло сливочное | 10,0 | 10,0 | 75,00 | 75,00 |
| итого за завтрак | | | 614,60 | 619,6 |

Обед 14-00

| | | | | |
|---------------------------------|-------|-------|--------------|--------------|
| салат из квашеной капусты с лук | 100,0 | 100,0 | 60 | 60 |
| суп картофельный с фасолью | 250,0 | 300,0 | 208 | 249,6 |
| каша гречневая | 250,0 | 250,0 | 180 | 180 |
| курица запеченная | 100,0 | 100,0 | 185 | 185 |
| хлеб пшеничный | 80,0 | 80,0 | 193,6 | 193,6 |
| компот из изюма | 200,0 | 200,0 | 101,9 | 101,9 |
| итого за обед | | | 928,5 | 970,1 |

Ужин 18-30

| | | | | |
|----------------------|-------|-------|---------------|---------------|
| котлета рыбная | 150 | 150 | 180 | 180 |
| картофельное пюре | 250 | 300 | 247,3 | 307 |
| хлеб пшеничный | 80,0 | 80,0 | 193,60 | 193,60 |
| чай с сахаром | 200,0 | 200,0 | 51,50 | 51,50 |
| масло сливочное | 10,0 | 10,0 | 75,00 | 75,00 |
| итого за ужин | | | 747,40 | 807,10 |

Поздний ужин 21-00

| | | | | |
|----------------------|-------|-------|----------------|----------------|
| пирог с вареньем | 60 | 80 | 216,7 | 289 |
| чай с сахаром | 200,0 | 200,0 | 51,5 | 51,5 |
| итого за ужин | | | 268,20 | 340,50 |
| итого за день | | | 2933,30 | 3111,90 |

Зав. производство



И.Б.Кузнецова