Утверждаю
директор МБОУ СШ с.Рыткучи
Н.Б.Сангаджиева

Меню на 1 марта 2024

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	305,0	305,0	**374,60**	**374,60**

Завтрак II 10-30

каша молочная манная	200,0	250,0	202,9	253,7
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
яблоко свежее	150,0	150,0	54,00	54,00
итого за завтрак	655,0	705,0	**631,50**	**682,3**

Обед 12-30,14-00

салат из огурца и кукурузы с лук	100,0	100,0	90	90
борщ с капустой, картофелем на	250,0	300,0	152	182,4
котлета мясная	80,0	100,0	193,6	211
картофель отварной в молоке	250,0	250,0	180	180
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из кураги	200,0	200,0	95,6	95,6
итого за обед	960,0	1030,0	**904,8**	**952,6**

Ужин 18-30

ленивые голубцы	250	250	300	300
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	540,0	540,0	**620,10**	**620,10**

Поздний ужин 21-00

булочка сдобная	60	80	224	336
компот из консервированных фр	200,0	200,0	140	140
итого за ужин	260	280	**364,00**	**476,00**
итого за день			**2895,00**	**3105,60**

Зав. производством *И.Б.Кузнецова*