



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

Н.Б. Сангджиева

Меню на 03 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 |
| яйцо вареное вкрутую | 1шт | 1шт | 78,50 | 78,50 |
| масло сливочное | 10,0 | 10,0 | 75,00 | 75,00 |
| итого за завтрак | 290,0 | 290,0 | 398,60 | 398,60 |

Завтрак II 10-00

| | | | | |
|-----------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| суп молоч с макар изделиями | 200,0 | 250,0 | 189 | 237 |
| чай с сахаром | 200,0 | 200,0 | 51,50 | 51,50 |
| хлеб пшеничный | 80,0 | 80,0 | 193,6 | 193,6 |
| масло сливочное | 10,0 | 10,0 | 75,00 | 75,00 |
| итого за завтрак | 490,0 | 540,0 | 509,10 | 557,1 |

Обед 14-00

| | | | | |
|--------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| томат в собственном соку | 100,0 | 100,0 | 9,7 | 9,7 |
| свекольник | 250,0 | 300,0 | 189 | 226,8 |
| овощное рагу | 250,0 | 300,0 | 242,28 | 272,3 |
| хлеб пшеничный | 80,0 | 80,0 | 193,6 | 193,6 |
| компот из сливы | 200,0 | 200,0 | 98,6 | 98,6 |
| итого за обед | 880,0 | 980,0 | 733,2 | 801,0 |

Ужин 18-30

| | | | | |
|-------------------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| пудинг манный с консерв фрукт | 200 | 200 | 283 | 283 |
| 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 | 490,0 | 490,0 | 603,10 | 603,10 |

Поздний ужин 21-00

| | | | | |
|----------------------|------------|------------|----------------|----------------|
| домашнее печенье | 60 | 80 | 219 | 292 |
| чай с сахаром | 200,0 | 200,0 | 51,5 | 51,5 |
| яблоко свежее | 150,0 | 150,0 | 54,00 | 54,00 |
| итого за ужин | 410 | 430 | 324,50 | 397,50 |
| итого за день | | | 2568,48 | 2757,30 |

Зав. производством

И.Б. Кузнецова

И.Б.Кузнецова