



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

Меню на 04 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 гречневая | 200,0 | 250,0 | 197,9 | 247,3 |
| какао с молоком | 200,0 | 200,0 | 138,9 | 138,9 |
| 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 | 713,90 | 763,3 |

Обед 12-30, 14-00

| | | | | |
|------------------------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| икра кабачковая | 100,0 | 100,0 | 79 | 79 |
| щи с квашеной капустой на м, | 250,0 | 300,0 | 122,6 | 147,12 |
| бефстроганов | 100,0 | 100,0 | 130,6 | 130,6 |
| каша пшенная | 250,0 | 250,0 | 180 | 180 |
| хлеб пшеничный | 80,0 | 80,0 | 193,6 | 193,6 |
| компот из сухофруктов | 200,0 | 200,0 | 55,8 | 55,8 |
| итого за обед | 980,0 | 1030,0 | 761,6 | 786,1 |

Ужин 18-30

| | | | | |
|----------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| тефтели мясные | 250 | 250 | 360 | 360 |
| капуста тушеная | 100 | 100 | 73,1 | 73,1 |
| 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 | 640,0 | 640,0 | 753,20 | 753,20 |

Поздний ужин 21-00

| | | | | |
|----------------------|------------|------------|----------------|----------------|
| бисквит | 60 | 80 | 167,2 | 223 |
| сок яблочный | 200,0 | 200,0 | 95 | 95 |
| итого за ужин | 260 | 280 | 262,20 | 318,00 |
| итого за день | | | 2865,50 | 2995,22 |

Зав. производством

И.Б. Кузнецова

И.Б.Кузнецова