

Утверждаю  
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи



Е.Н.Корчева

## Меню на 06 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
<b>итого за завтрак</b>			<b>374,60</b>	<b>374,60</b>

### Завтрак II 10-00, 10-40

каша молочная Дружба	200,0	250,0	204,5	255
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
<b>итого за завтрак</b>			<b>524,60</b>	<b>575,1</b>

### Обед 13-00, 14-05

салат из огурца и кукурузы с луком	100,0	100,0	90	90
борщ с капустой, картофелем на м/	250,0	300,0	152	182,4
бефстроганов	100,0	100,0	130,6	130,6
каша перловая	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
<b>итого за обед</b>			<b>841,8</b>	<b>872,2</b>

### Ужин 18-30

плов из риса с фруктами	200,0	250,0	238,4	298
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
<b>итого за ужин</b>			<b>558,50</b>	<b>618,10</b>

### Поздний ужин 21-00

булочка сдобная	60,0	80,0	224	336
чай с сахаром	200,0	200,0	51,50	51,50
<b>итого за ужин</b>			<b>329,50</b>	<b>441,50</b>
<b>итого за день</b>			<b>2629,00</b>	<b>2881,50</b>

Зав. производств



И.Б.Кузнецова