



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

Меню на 07 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 пшенная	200,0	250,0	240	275
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
йогурт	250,0	250,0	119,20	119,20
итого за завтрак	755,0	805,0	733,80	768,8

Обед 12-30, 14-00

салат из свеж капусты и моркови	100,0	100,0	81,5	81,5
борщ с квашеной капустой	250,0	300,0	152	182,4
котлета рыбная	100,0	100,0	180	180
макароны отв с слив маслом	200,0	200,0	275	275
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из замор ягод	200,0	200,0	95	95
итого за обед	930,0	980,0	977,1	1007,5

Ужин 18-30

запеканка творожно-рисовая с и	250,0	300,0	315,4	378,4
соус сметанный	50,0	50,0	57,4	57,4
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	590,0	640,0	692,90	755,90

Поздний ужин 21-00

пирог с вареньем	60	80	216,7	289
чай с сахаром	200	200	51,5	51,5
итого за ужин	260	280	268,20	340,50
итого за день			3046,60	3247,30

Зав. производством

И.Б.Кузнецова