



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

Меню на 09 апреля 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

запеканка творожная с изюмом	200,0	200,0	240	275
соус молочный	50,0	50,0	55	55
чай с сахаром	200,0	200,0	51,50	51,50
хлеб ржаной	80,0	120,0	207	310,75
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	555,00	595,00	683,00	821,75

Обед 12-30, 14-00

капуста тушеная	100,0	100,0	81,5	81,5
суп картофельн с конс/сайрой	200,0	250,0	142,75	171,3
гуляш	100,0	100,0	130,6	130,6
каша пшеничная	200,0	230,0	144	165,6
хлеб пшеничный	80,0	80,0	217,8	290,4
компот из сухофруктов	200,0	200,0	55,8	55,8
итого за обед	880,0	960,0	772,5	895,2

Ужин 18-30

котлета мясная	100	100	193,6	211
соус красный основной	50	50	35,5	35,5
овощи тушеные	200	250	62,6	96
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
чай с сахаром	200,0	200,0	75	75
масло сливочное	10,0	10,0	51,5	51,5
итого за ужин	640,0	690,0	611,80	662,60

Поздний ужин 21-00

плюшка	60	80	224	336
молоко питьевое	200,0	200,0	101,32	101,32
итого за ужин	260,00	280,00	325,32	437,32
итого за день	2640,00	2830,00	2767,17	3191,47

Зав. производством

И.Б.Кузнецова