

Утверждаю
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи

 .Н.Корчева

Меню на 11 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
итого за завтрак			374,60	374,60

Завтрак II 09-40, 10-35

каша молочная гречневая	200,0	250,0	197,9	247,3
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
итого за завтрак			572,50	621,9

Обед 13-00, 14-05

томат в с/с	100,0	100,0	9,7	9,7
рассольник домашний на м/б	250,0	300,0	184	221
овощное рагу	250,0	250,0	242,28	272,3
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из сухофруктов	200,0	200,0	95	95
итого за обед			724,6	791,6

Ужин 18-30

гуляш	100	100	130,6	130,6
макароны отв с слив маслом	200	200	275	275
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			725,70	725,70

Поздний ужин 21-00

домашнее печенье	60	80	219	292
конфета шоколадная	20	20	109,8	109,8
молоко питьевое	200	200	101,32	101,32
итого за ужин			430,12	503,12
итого за день			2827,50	3016,92

Зав. производство



И.Б.Кузнецова