

Утверждаю
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи

 Е.Н.Корчева

Меню на 12 октября 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

икра кабачковая	100,0	100,0	79,0	79,0
суп с клецками	250,0	300,0	168	201,6
бефстроганов	100,0	100,0	130,6	130,6
каша пшенная	250,0	250,0	180	180,0
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из сухофруктов	200,0	200,0	55,8	55,8
итого за обед			807,0	840,6

Ужин 18-30

тефтели мясные	250,0	250,0	360	360
капуста тушеная	100,0	100,0	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			753,20	753,20

Поздний ужин 21-00

бисквит	60,0	80,0	167,2	223
компот из персиков	200,0	200,0	51,5	51,5
итого за ужин			218,70	274,50
итого за день			2726,00	2864,80

Зав. производством



Киреева З.А.