



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

Н.Б. Сангаджиева

Меню на 15 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 манная	200,0	250,0	202,9	253,7
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
яблоко свежее	150,0	150,0	54,00	54,00
итого за завтрак	655,0	705,0	631,50	682,3

Обед 12-30,14-00

салат из огурца и кукурузы с лук	100,0	100,0	90	90
борщ с капустой, картофелем н:	250,0	300,0	152	182,4
котлета мясная	80,0	100,0	193,6	211
горошница	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
итого за обед	960,0	1030,0	904,8	952,6

Ужин 18-30

ленивые голубцы	250	250	300	300
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	540,0	540,0	620,10	620,10

Поздний ужин 21-00

булочка сдобная	60	80	224	336
компот из консервированных ф:	200,0	200,0	140	140
итого за ужин	260	280	364,00	476,00
итого за день			2895,00	3105,60

Зав. производством

И.Б. Кузнецова

И.Б.Кузнецова