

Утверждаю
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи

 Е.Н.Корчева

Меню на 18 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 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
итого за завтрак			577,50	628,3

Обед 13-00, 14-05


салат из огурца и кукурузы с луком	100,0	100,0	90	90
борщ с капустой, картофелем на масле	250,0	300,0	152	182,4
котлета мясная	80,0	100,0	193,6	211
картофель отварной в молоке	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			904,8	952,6

Ужин 18-30

плов из риса с фруктами	200	250	238,4	298
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			558,50	618,10

Поздний ужин 21-00

булочка сдобная	60	80	224	336
компот из консервированных фруктов	200,0	200,0	140	140
итого за ужин			364,00	476,00
итого за день			2779,40	3049,60

Зав. производство: 

И.Б.Кузнецова