

Утверждаю
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи



Е.Н.Корчева

Меню на 21 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 9-40, 10-35

каша молочная рисовая	200,0	250,0	200,7	250
чай с сахаром	200,0	200,0	51,50	51,50
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
масло сливочное	10,0	10,0	75,00	75,00
итого за завтрак			520,80	570,1

Обед 13-00, 14-05

салат из квашеной капусты и зеленого горош	100,0	100,0	103	103
суп с консервированной сайрой	250,0	300,0	143	171,3
гуляш	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			806,0	834,3

Ужин 18-30

котлета мясная	80,0	100,0	184	230
гороховое пюре	250,0	250,0	308,8	308,83
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			812,90	858,93

Поздний ужин 21-00

плюшка	60,0	80,0	224	336
молоко питьевое	200,0	200,0	101,32	101,32
итого за ужин			325,32	437,32
итого за день			2839,62	3075,25

Зав. производством



Киреева З.А.