

Утверждаю
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи

А.К.Кафизова

Меню на 29 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 10-00

| | | | | |
|-------------------------|-------|-------|---------------|--------------|
| каша молочная пшенная | 200,0 | 250,0 | 189 | 237 |
| 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 | | | 563,60 | 611,6 |

Обед 14-00

| | | | | |
|-----------------------------------|-------|-------|--------------|--------------|
| салат из свежей капусты и моркови | 80 | 80 | 45 | 45 |
| борщ | 250 | 300 | 191,9 | 230,2 |
| котлета рыбная | 100 | 100 | 130,6 | 130,6 |
| макароны отварные | 250 | 250 | 180 | 180 |
| хлеб пшеничный | 80,0 | 80,0 | 193,6 | 193,6 |
| компот из свежемор ягод | 200,0 | 200,0 | 55,8 | 55,8 |
| итого за обед | | | 796,9 | 835,2 |

Ужин 18-30

| | | | | |
|--------------------------|-------|-------|---------------|---------------|
| запеканка манная с мясом | 250 | 250 | 291,6 | 291,6 |
| 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 | | | 611,70 | 611,70 |

Поздний ужин 21-00

| | | | | |
|----------------------|-----|-----|----------------|----------------|
| пирог с вареньем | 60 | 80 | 224 | 336 |
| чай с сахаром | 200 | 200 | 51,5 | 51,5 |
| итого за ужин | | | 275,50 | 387,50 |
| итого за день | | | 2622,30 | 2820,60 |

Зав. производством

Кузнецова И.Б.