

Утверждаю  
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи

 Е.Н.Корчева

## Меню на 30 сентября 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
<b>итого за завтрак</b>			<b>374,60</b>	<b>374,60</b>

### Завтрак II 09-40, 10-35

суп молоч с макар изделиями	200,0	250,0	189	237
чай с лимоном	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
<b>итого за завтрак</b>			<b>563,60</b>	<b>611,6</b>

### Обед 13-00.14-05

лечо из сладкого перца	80	80	45	45
суп гороховый на м/б	250	300	191,9	230,2
гуляш	100	100	130,6	130,6
каша гречневая	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
<b>итого за обед</b>			<b>796,9</b>	<b>835,2</b>

### Ужин 18-30

азу по татарски	300	300	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
<b>итого за ужин</b>			<b>611,70</b>	<b>611,70</b>

### Поздний ужин 21-00

плюшка	60	80	224	336
чай с сахаром	200	200	51,5	51,5
<b>итого за ужин</b>			<b>275,50</b>	<b>387,50</b>
<b>итого за день</b>			<b>2622,30</b>	<b>2820,60</b>

Зав. производством



Киреева З.А.