

Утверждаю
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи

А.К.Кафизова

Меню на 31 октября 2023

Завтрак I 8-00

наименование блюда	масса порции(гр)		итого	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 пшеничная	200,0	250,0		236,28	295,0
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				610,88	669,6

Обед 14-00

салат из отвар свеклы и лука	100,0	100,0		150,0	150,0
суп с клецками	250,0	300,0		168,0	201,6
плов мясной	250,0	250,0		437,0	437,0
хлеб пшеничный	80,0	80,0		193,60	193,60
компот из кураги	200,0	200,0		95,6	95,6
итого за обед				1044,2	1077,8

Ужин 18-30

курица запеченная	97,5	97,5		185,0	185,0
макароны отв с слив маслом	200,0	200,0		275,0	275,0
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				780,10	780,10

Поздний ужин 21-00

бисквит	60,0	80,0		167,20	223,00
чай с сахаром	200,0	200,0		51,50	51,50
итого за ужин				218,70	274,50
итого за день				3028,48	3176,60

Зав. производством

И.Б.Кузнецова