

Утверждаю
директор МБОУ СШ с.Рыткучи

Н.Б.Сангаджиева

Меню на 08 декабря 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 пшенная | 200,0 | 250,0 | 240 | 275 |
| 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 |
| яблоко свежее | 150,0 | 150,0 | 54,00 | 54,00 |
| итого за завтрак | | | 668,60 | 703,6 |

Обед 13-00, 14-05

| | | | | |
|---------------------------------|-------|-------|--------------|---------------|
| салат из свеж капусты и моркови | 100,0 | 100,0 | 81,5 | 81,5 |
| борщ с капустой, картофелем н | 250,0 | 300,0 | 152 | 182,4 |
| котлета рыбная | 100,0 | 100,0 | 180 | 180 |
| макаронь отв с слив маслом | 200,0 | 200,0 | 275 | 275 |
| хлеб пшеничный | 80,0 | 80,0 | 193,6 | 193,6 |
| компот из замор ягод | 200,0 | 200,0 | 95 | 95 |
| итого за обед | | | 977,1 | 1007,5 |

Ужин 18-30

| | | | | |
|--------------------------|-------|-------|---------------|---------------|
| запеканка манная с мясом | 250,0 | 300,0 | 315,4 | 378,4 |
| 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 | | | 635,50 | 698,50 |

Поздний ужин 21-00

| | | | | |
|----------------------|-----|-----|----------------|----------------|
| пирог с вареньем | 60 | 80 | 216,7 | 289 |
| чай с сахаром | 200 | 200 | 51,5 | 51,5 |
| итого за ужин | | | 268,20 | 340,50 |
| итого за день | | | 2924,00 | 3124,70 |

Зав. производств



И.Б.Кузнецова