

Утверждаю
директор МБОУ СШ с.Рыткучи

Н.Б.Сангаджиева

Меню на 15 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 пшеничная	200,0	250,0	236,28	295
какао с молоком	200,0	200,0	138,90	138,90
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
яйцо вареное вкрутую	15,0	15,0	78,5	78,5
масло сливочное	10,0	10,0	75,00	75,00
яблоко свежее	150,0	150,0	54,00	54,00
итого за завтрак			776,28	835

Обед 13-00, 14-05

томат в с/с	100,0	100,0	9,7	9,7
суп картофельный с рисом	250,0	300,0	147,1	176,52
солянка с капустой	250,0	250,0	291,6	291,6
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из замор ягод	200,0	200,0	95	95
итого за обед			737,0	766,4

Ужин 18-30

бефстроганов	100	100	130,6	130,6
макаронны отв с слив маслом	200	200	275	275
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			725,70	725,70

Поздний ужин 21-00

домашнее печенье	60	80	219	292
компот из консер/ фруктов	200,0	200,0	140	140
итого за ужин			359,00	432,00
итого за день			2972,58	3133,72

Зав. производство *И.Б.Кузнецова*

И.Б.Кузнецова