

Утверждаю  
директор МБОУ СШ с.Рыткучи

Н.Б.Сангаджиева

## Меню на 29 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
<b>итого за завтрак</b>			<b>374,60</b>	<b>374,60</b>

### 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
<b>итого за завтрак</b>			<b>776,28</b>	<b>835</b>

### 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
<b>итого за обед</b>			<b>737,0</b>	<b>766,4</b>

### 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
<b>итого за ужин</b>			<b>725,70</b>	<b>725,70</b>

### Поздний ужин 21-00

домашнее печенье	60	80	219	292
сок фруктовый	200,0	200,0	140	140
<b>итого за ужин</b>			<b>359,00</b>	<b>432,00</b>
<b>итого за день</b>			<b>2972,58</b>	<b>3133,72</b>

Зав. производство

И.Б.Кузнецова