

Утверждаю
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи

 Э.Н.Корчева

Меню на 01 октября 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 10-30

каша молочная пшенная	200,0	250,0	240	275
чай с лимоном	200,0	200,0	48,1	48,1
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
масло сливочное	10,0	10,0	75,00	75,00
итого за завтрак			556,70	591,7

Обед 14-00

салат из свежей капусты и кукурузы	80	80	45	45
борщ	250	300	152	182,4
котлета рыбная	150	150	180	180
макароны отв с слив маслом	250	250	180	180
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из свежемороженой ягоды	200,0	200,0	55,8	55,8
итого за обед			806,4	836,8

Ужин 18-30

запеканка манная с мясом	250	300	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	60,0	80	216,7	289
сок яблочный	200,0	200,0	51,5	51,5
итого за ужин			268,20	340,50
итого за день			2641,40	2842,10

Зав. производством



Киреева З.А.