



Утверждаю
директор МБОУ СШ с.Рыткучи
Н.Б.Сангаджиева

Н.Б. Сангаджиева

Меню на 05 марта 2024

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	305,0	305,0	374,60	374,60

Завтрак II 10-30

запеканка творожно-рисовая со смесью фруктов	180,0	200,0	168	190
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
итого за завтрак	485,0	505,0	542,60	564,6

Обед 12-30, 14-00

салат из соленых огурцов, горошка	100,0	100,0	93	93
суп овощной на мясном бульоне	250,0	300,0	129,5	155,4
ленивые голубцы	250,0	250,0	300	300
хлеб пшеничный	80,0	100,0	193,6	242,0
компот из замор ягод	200,0	200,0	95	95
итого за обед	880,0	950,0	811,1	885,4

Ужин 18-30

гуляш	100,0	100,0	130,6	130,6
макароны отв с слив маслом	200,0	200,0	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	590,0	590,0	725,70	725,70

Поздний ужин 21-00

булочка сдобная	60	80	51,5	51,5
кефир	200,0	200,0	56	56
итого за ужин			107,50	107,50
итого за день	260	280	2561,50	2657,80

Зав. производством

И.Б. Кузнецова

И.Б.Кузнецова