



Утверждаю
директор МБОУ СШ с.Рыткучи

Н.Б.Сангаджиева

Меню на 06 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

суп молоч с макар изделиями	200,0	250,0	189	237
какао с молоком	200,0	200,0	138,9	138,9
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	505,0	555,0	651,00	699

Обед 12-30, 14-00

лечо из сладкого перца	80,0	80,0	45	45
суп гороховый на м/б	250,0	300,0	191,9	230,2
гуляш	100,0	100,0	130,6	130,6
каша гречневая	250,0	250,0	180	180
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из сухофруктов	200,0	200,0	55,8	55,8
итого за обед	960,0	1010,0	796,9	835,2

Ужин 18-30

азу по татарски	300,0	300,0	291,6	291,6
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	611,70	611,70

Поздний ужин 21-00

плюшка	60	80	224	336
чай с сахаром	200	200	51,5	51,5
кефир	200	200	56	56
итого за ужин			331,50	443,50
итого за день	460	480	2765,70	2964,00

Зав. производств

И.Б.Кузнецова