

Утверждаю
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи

 Е.Н.Корчева

Меню на 06 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 9-40, 10-35

| | | | | |
|-------------------------|-------|-------|---------------|--------------|
| каша молочная гречневая | 200,0 | 250,0 | 197,9 | 247,3 |
| чай с сахаром и лимоном | 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 | | | 572,50 | 621,9 |

Обед 13-00, 14-05

| | | | | |
|-----------------------------|-------|-------|--------------|--------------|
| салат из свежих помидоров | 80,0 | 80,0 | 51,0 | 51,0 |
| суп с макаронными изделиями | 250,0 | 300,0 | 185,1 | 222,1 |
| жаркое по домашнему | 250,0 | 300,0 | 340 | 408 |
| хлеб пшеничный | 80,0 | 80,0 | 193,6 | 193,6 |
| компот из замор ягод | 200,0 | 200,0 | 95 | 95 |
| итого за обед | | | 864,7 | 969,7 |

Ужин 18-30

| | | | | |
|----------------------|-------|-------|---------------|---------------|
| ленивые голубцы | 250,0 | 250,0 | 300 | 300 |
| 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 | | | 620,10 | 620,10 |

Поздний ужин 21-00

| | | | | |
|----------------------|-------|-------|----------------|----------------|
| пирог с вареньем | 60,0 | 80,0 | 216,7 | 289 |
| чай с сахаром | 200,0 | 200,0 | 51,50 | 51,50 |
| яблоко свежее | 150,0 | 150,0 | 54,00 | 54,00 |
| итого за ужин | | | 322,20 | 394,50 |
| итого за день | | | 2754,10 | 2980,80 |

Зав. производством



Киреева З.А.