



Утверждаю  
и.о. директора МБОУ СШ с.Рыткучи

*А.К. Кафизова*  
А.К. Кафизова

## Меню на 10 ноября 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
<b>итого за завтрак</b>	<b>305,0</b>	<b>305,0</b>	<b>374,60</b>	<b>374,60</b>

### 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
яйцо вареное вкрутую	1 шт	1шт	52,00	52,00
<b>итого за завтрак</b>	<b>505,0</b>	<b>555,0</b>	<b>703,00</b>	<b>751</b>

### 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
<b>итого за обед</b>	<b>960,0</b>	<b>1010,0</b>	<b>796,9</b>	<b>835,2</b>

### 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
<b>итого за ужин</b>	<b>590,0</b>	<b>590,0</b>	<b>611,70</b>	<b>611,70</b>

### Поздний ужин 21-00

плюшка	60	80	224	336
чай с сахаром	200	200	51,5	51,5
<b>итого за ужин</b>			<b>275,50</b>	<b>387,50</b>
<b>итого за день</b>	<b>260</b>	<b>280</b>	<b>2761,70</b>	<b>2960,00</b>

Зав. производством

*Ночина*

А.Г. Ночина