

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



## Меню на 11 января 2025

### 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
масло сливочное	10,0	10,0	75,00	75,00
сыр твердый в нарезке	15,0	15,0	54,50	54,50
<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

каша молочная пшеничная	200	250	236,28	295
хлеб пшеничный	80	80	207	310,75
масло сливочное/порция/	10	10	75	75
чай с сахаром	200	200	51,50	51,50
яйцо вареное	1шт	1шт	78,5	78,5
яблоко свежее	150	150	54	54
<b>итого за завтрак</b>	<b>640,0</b>	<b>690,0</b>	<b>702,28</b>	<b>864,75</b>

### Обед 14-00

томат консервированный в с/соку	100	100	9,7	9,7
суп рисовый - харчо на кур/б	200	250	122,2	147,1
солянка с капустой	250	250	291,6	291,6
хлеб пшеничный	90	120	217,8	290,4
компот из замор ягод	200	200	95	95
<b>итого за обед</b>	<b>840,0</b>	<b>920,0</b>	<b>736,3</b>	<b>833,8</b>

### Ужин 18-30

бефстроганов	100	100	130,6	130,6
макароньы отв с слив маслом	200	200	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
<b>итого за ужин</b>	<b>590,0</b>	<b>590,0</b>	<b>725,70</b>	<b>725,70</b>

### Поздний ужин 21-00

домашнее печенье	60	80	219	292
компот из конс/фруктов	200,0	200,0	140	140
<b>итого за ужин</b>			<b>359,00</b>	<b>432,00</b>
<b>итого за день</b>			<b>2897,88</b>	<b>3230,85</b>

Зав. производством

*И.Б.Кузнецова*

И.Б.Кузнецова