

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



## Меню на 13 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	54,00	54,00
<b>итого за завтрак</b>	<b>305,0</b>	<b>305,0</b>	<b>374,10</b>	<b>374,10</b>

### Завтрак II 10-30

каша молочная пшенная	200,0	250,0	240	275
чай с лимоном	200,0	200,0	48,1	48,1
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,60	193,60
масло сливочное	10,0	10,0	75,00	75,00
<b>итого за завтрак</b>	<b>490,0</b>	<b>540,0</b>	<b>556,70</b>	<b>591,7</b>

### Обед 14-00

салат из свежей капусты и моркови	100	100	60	60
суп фасолевый	200	250	208	249,6
каша гречневая	200	250	180	180
курица запеченная	100	100	185	185
хлеб пшеничный	90	120	217,8	290,4
компот из изюма	200	200	101,9	101,9
<b>итого за обед</b>	<b>890,0</b>	<b>1020,0</b>	<b>952,7</b>	<b>1066,9</b>

### Ужин 18-30

бефстроганов	100	100	130,6	130,6
картофель отварной в молоке	200	200	180	180
хлеб пшеничный	90	120	217,8	290,4
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>600,0</b>	<b>630,0</b>	<b>654,90</b>	<b>727,50</b>

### Поздний ужин 21-00

пирог с вареньем	60	80	216,7	289
сок	200,0	200,0	76,9	76,9
<b>итого за ужин</b>	<b>260</b>	<b>280</b>	<b>293,60</b>	<b>365,90</b>
<b>итого за день</b>			<b>2832,00</b>	<b>3126,10</b>

Зав. производством

И.Б.Кузнецова