

Утверждаю
И.о. директора МБОУ СШ с.Рыткучи



Е.Н. Корчева

Меню на 16 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 10-00

| | | | | |
|-------------------------|-------|-------|---------------|--------------|
| каша молочная гречневая | 200,0 | 250,0 | 197,9 | 247,3 |
| чай с сахаром | 200,0 | 200,0 | 51,5 | 51,5 |
| 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 14-00

| | | | | |
|----------------------------|-------|-------|--------------|--------------|
| томат в с/с | 100 | 100 | 9,7 | 9,7 |
| рассольник домашний на м/б | 250 | 300 | 184 | 221 |
| овощное рагу | 250 | 250 | 242,28 | 272,3 |
| хлеб пшеничный | 80,0 | 80,0 | 193,6 | 193,6 |
| компот из сухофруктов | 200,0 | 200,0 | 55,8 | 55,8 |
| итого за обед | | | 685,4 | 752,4 |

Ужин 18-30

| | | | | |
|----------------------|-------|-------|---------------|---------------|
| плов с курицей | 250 | 250 | 210,5 | 252 |
| 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 | | | 530,60 | 572,10 |

Поздний ужин 21-00

| | | | | |
|----------------------|-----|-----|----------------|----------------|
| печенье | 60 | 80 | 219 | 292 |
| чай с сахром | 200 | 200 | 51,5 | 51,5 |
| итого за ужин | | | 270,50 | 343,50 |
| итого за день | | | 2433,58 | 2664,50 |

Зав. производством



Киреева З.А.