



Утверждаю  
директор МБОУ СШ с.Рыткучи

*Н.Б. Сангаджиева*

Н.Б.Сангаджиева

## Меню на 16 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

каша молочная рисовая	200,0	250,0	200,7	250
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>505,0</b>	<b>555,0</b>	<b>575,30</b>	<b>624,6</b>

### Обед 12-30, 14-00

салат из квашенной капусты и зеленого горошка	100,0	100,0	81,5	81,5
суп картофельн с конс/сайрой	200,0	250,0	142,75	171,3
гуляш	100,0	100,0	130,6	130,6
каша пшеничная	200,0	230,0	144	165,6
хлеб пшеничный	80,0	80,0	217,8	290,4
компот из сухофруктов	200,0	200,0	55,8	55,8
<b>итого за обед</b>	<b>880,0</b>	<b>960,0</b>	<b>772,5</b>	<b>895,2</b>

### Ужин 18-30

котлета мясная	80,0	100,0	184	230
горошница	250,0	250,0	308,8	308,83
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>812,90</b>	<b>858,93</b>

### Поздний ужин 21-00

плюшка	60	80	224	336
молоко питьевое	200,0	200,0	101,32	101,32
<b>итого за ужин</b>	<b>260</b>	<b>280</b>	<b>325,32</b>	<b>437,32</b>
<b>итого за день</b>			<b>2047,67</b>	<b>2331,72</b>

Зав. производством *Ночина* А.Г. Ночина