



Утверждаю  
директор МБОУ СШ с.Рыткучи

*Н. Сова*  
Б.Сангаджиева

## Меню на 18 января 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>374,60</b>	<b>374,60</b>

### Завтрак II 10-30

каша молочная пшеничная	200,0	250,0	236,28	295
какао с молоком	200,0	200,0	138,90	138,90
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
яйцо вареное вкрутую	15,0	15,0	78,5	78,5
масло сливочное	10,0	10,0	75,00	75,00
мандарин свежий	100,0	100,0	33,00	33,00
<b>итого за завтрак</b>			<b>755,28</b>	<b>814</b>

### Обед 12-30, 14-00

томат в с/с	100,0	100,0	9,7	9,7
суп картофельный с рисом	250,0	300,0	147,1	176,52
солянка с капустой	250,0	250,0	291,6	291,6
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из замор ягод	200,0	200,0	95	95
<b>итого за обед</b>			<b>737,0</b>	<b>766,4</b>

### Ужин 18-30

бефстроганов	100	100	130,6	130,6
макаронны 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>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>2951,58</b>	<b>3112,72</b>

Зав. производством

*И.Б. Кузнецова*

И.Б.Кузнецова