

Утверждаю  
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи

 Н.Корчева

## Меню на 18 сентября 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
<b>итого за завтрак</b>			<b>374,60</b>	<b>374,60</b>

### 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
<b>итого за завтрак</b>			<b>572,50</b>	<b>621,9</b>

### 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
<b>итого за обед</b>			<b>685,4</b>	<b>752,4</b>

### Ужин 18-30

плов с курицей	250	250	437	437
горошек зеленый отварной	50	50	19,4	19,4
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>776,50</b>	<b>776,50</b>

### Поздний ужин 21-00

печенье в ассортименте	60	80	219	292
молоко питьевое	200	200	101,32	101,32
<b>итого за ужин</b>			<b>320,32</b>	<b>393,32</b>
<b>итого за день</b>			<b>2729,30</b>	<b>2918,72</b>

Зав. производством



Киреева З.А.