



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

Меню на 19 марта 2025 День 7

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	305,0	305,0	374,60	374,60

Завтрак II 10-00

запеканка творожно-рисовая	200,0	250,0	380,00	380,00
чай с сахаром	200,0	200,0	138,90	138,90
хлеб ржаной	48,0	72,0	186,5	242,0
соус сметанный	50,0	50,0	57,40	57,40
масло сливочное	10,0	10,0	75,00	75,00
яблоко свежее	150,0	150,0	54,00	54,00
итого за завтрак	658,0	732,0	891,80	947,3

Обед 14-00

икра морковная	100,0	100,0	79	79
суп с зеленым горошком на м/б	250,0	300,0	129,5	155,4
котлета рыбная	100,0	100,0	160	160
макароны отв с слив маслом	200,0	200,0	275	275
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из сухофруктов	200,0	200,0	55,8	55,8
итого за обед	930,0	980,0	892,9	918,8

Ужин 18-30

винегрет	150	150	115	115
плов мясной	250	250	437	437
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	690,0	690,0	872,10	872,10

Поздний ужин 21-00

булочка "Домашняя"молочная	60	80	187,4	249,9
молоко питьевое	200,0	200,0	101,32	101,32
итого за ужин	260	280	288,72	351,22
итого за день			3320,12	3464,02

Зав. производством

И.Б.Кузнецова