

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



Меню на 23 января 2025

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 10-30

каша молочная гречневая	200	250	197,9	247,3
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,60	193,60
масло сливочное/порция/	10	10	75	75
чай с лимоном	200,0	200,0	48,10	48,10
сыр твердый в нарезке	15,0	15,0	54,50	54,50
йогурт питьевой	150,0	150,0	119,20	119,20
итого за завтрак	655	705	688,30	737,7

Обед 14-00

икра кабачковая	100	100	79	79
суп с макаронными изделиями	250	300	185,1	222,1
жаркое по домашнему	250	300	340	408
хлеб пшеничный	90	120	217,8	290,4
компст из замор ягод	200	200	95	95
итого за обед	890	1020	916,9	1094,5

Ужин 18-30

омлет натуральный	200	200	252	252
кукуруза консервированная	50	50	29,3	29,3
хлеб пшеничный	80	80	193,6	193,6
масло сливочное/порция/	10	10	75	75
чай с сахаром	200	200	51,5	51,5
итого за ужин	540,0	540,0	549,90	549,90

Поздний ужин 21-00

пирог с вареньем	60,0	80,0	216,7	289
чай с сахаром	200	200	51,5	51,5
итого за ужин	260,0	280,0	322,20	394,50
итого за день			2851,90	3151,20

Зав. производством

И.Б.Кузнецова