

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



Меню на 25 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
масло сливочное	10,0	10,0	75,00	75,00
сыр твердый в нарезке	15,0	15,0	54,50	54,50
итого за завтрак	305,0	305,0	374,60	374,60

Завтрак II 10-30

каша молочная пшеничная	200	250	236,28	295
хлеб пшеничный	80	80	207	310,75
масло сливочное/порция/	10	10	75	75
чай с сахаром	200	200	51,50	51,50
яйцо вареное	1шт	1шт	78,5	78,5
яблоко свежее	150	150	54	54
итого за завтрак	640,0	690,0	702,28	864,75

Обед 14-00

томат консервированный в с/соку	100	100	9,7	9,7
суп рисовый - харчо на кур/б	200	250	122,2	147,1
солянка с капустой	250	250	291,6	291,6
хлеб пшеничный	90	120	217,8	290,4
компот из замор ягод	200	200	95	95
итого за обед	840,0	920,0	736,3	833,8

Ужин 18-30

бефстроганов	100	100	130,6	130,6
макароны 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
итого за ужин	590,0	590,0	725,70	725,70

Поздний ужин 21-00

домашнее печенье	60	80	219	292
компот из конс/фруктов	200,0	200,0	140	140
итого за ужин			359,00	432,00
итого за день			2897,88	3230,85

Зав. производством

И.Б.Кузнецова