



Утверждаю
директор МБОУ СШ с.Рыткучи

Н.Б.Сангаджиева

Меню на 26 ноября 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
итого за завтрак	305,0	305,0	374,60	374,60

Завтрак II 10-30

каша молочная "Дружба"	200,0	250,0	204,5	255
чай с сахаром	200,0	200,0	51,50	51,50
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
яйцо вареное вкрутую	1 шт	1шт	78,5	78,5
масло сливочное	10,0	10,0	75,00	75,00
итого за завтрак	490,0	540,0	603,10	653,6

Обед 14-00

салат из огурца и лука	100,0	100,0	59,1	59,1
щи с квашеной капустой на м/б	250,0	300,0	122,6	147,12
бефстроганов	100,0	100,0	130,6	130,6
горошница	250,0	250,0	258,8	258,8
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из замор ягод	200,0	200,0	95	95
итого за обед	980,0	1030,0	859,7	884,2

Ужин 18-30

гуляш из оленины	100	100	130,6	130,6
каша гречневая	250	250	180	180
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	640,0	640,0	630,70	630,70

Поздний ужин 21-00

домашнее печенье	60	80	219	292
компот из консер/ фруктов	200	200	140	140
итого за ужин	260	280	359,00	432,00
итого за день			2827,10	2975,12

Зав. производством *Ночина А.Г.Ночина*