

Утверждаю
и.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи

А.К.Кафизова

В.Нар



Меню на 27 сентября 2024

Завтрак I 8-00

наименование блюда	масса порции(гр)		калорийность(ккал)	
	7-11лет	12 и стар	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

суп молоч с макар изделиями	200	250	189	237
хлеб ржаной	48	72	186,5	242
масло сливочное/порция/	10	10	75	75
чай с сахаром	200	200	51,5	51,5
яйцо вареное вкрутую	1шт	1шт	78,5	78,5
итого за завтрак	258,0	282,0	391,50	447,00

Обед 14-00

томат в с/с	100	100	9,7	9,7
свекольник	200	250	189	226,8
овощное рагу	250	250	242,28	272,3
хлеб пшеничный	90	120	217,8	290,4
компот из сливы	200	200	98,6	98,6

итого за обед 840,0 920,0 757,4 897,8

Ужин 18-30

запеканка творожно-рисовая с изюмом	200	200	380	380
соус сметанный	50	50	57,4	57,4
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			706,00	706,00

Поздний ужин 21-00

домашнее печенье	60	80	219	292
кефир м.д.ж.3,2%	200	200	56	56
итого за ужин	260	280	275,00	348,00
итого за день			1485,48	1698,90

Зав. производством

И.Б.Кузнецова

И.Б.Кузнецова