



Утверждаю  
Директор МБОУ СШ с.Рыткучи  
*Н.Б. Сангаджиева* Н.Б. Сангаджиева

## Меню на 28 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
<b>итого за завтрак</b>			<b>374,60</b>	<b>374,60</b>

### Завтрак II 10-00

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 сахаром	200,0	200,0	51,50	51,50
сыр твердый в нарезке	15,0	15,0	54,50	54,50
<b>итого за завтрак</b>	<b>505</b>	<b>555</b>	<b>572,50</b>	<b>621,9</b>

### 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
компот из замор ягод	200	200	95	95
<b>итого за обед</b>	<b>890</b>	<b>1020</b>	<b>916,9</b>	<b>1094,5</b>

### 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
<b>итого за ужин</b>	<b>540,0</b>	<b>540,0</b>	<b>549,90</b>	<b>549,90</b>

### Поздний ужин 21-00

пирог с вареньем	60,0	80,0	216,7	289
чай с сахаром	200	200	51,5	51,5
<b>итого за ужин</b>	<b>260,0</b>	<b>280,0</b>	<b>322,20</b>	<b>394,50</b>
<b>итого за день</b>			<b>2736,10</b>	<b>3035,40</b>

Зав. производством *Ночина А.Г.Ночина*