



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

Меню на 29 января 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			374,60	374,60

Завтрак II 10-30

каша молочная пшенная	200,0	250,0	240	275
какао с молоком	200,0	200,0	138,90	138,90
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
сыр твердый в нарезке	15,0	15,0	54,50	54,50
масло сливочное	10,0	10,0	75,00	75,00
апельсин свежий	100,0	100,0	45,00	45,00
итого за завтрак			747,00	782

Обед 12-30, 14-00

икра морковная	100,0	100,0	79	79
суп с зеленым горошком на м/б	250,0	300,0	129,5	155,4
котлета мясная	80,0	100,0	193,6	211
макароны отв с слив маслом	200,0	200,0	275	275
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из сухофруктов	200,0	200,0	55,8	55,8
итого за обед			926,5	969,8

Ужин 18-30

винегрет	150	150	115	115
плов мясной	250	250	437	437
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			872,10	872,10

Поздний ужин 21-00

булочка "Домашняя" молочная	60	80	187,4	249,9
молоко питьевое	200,0	200,0	119,20	119,20
итого за ужин			306,60	369,10
итого за день			3226,80	3367,60

Зав. производством

И.Б. Кузнецова

И.Б.Кузнецова