

Утверждаю  
И.о.директора МБОУ СШ с.Рыткучи

 .Корчева

## Меню на 29 сентября 2023

### 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 09-40,10-35

каша молочная пшеничная	200,0	250,0	202,9	253,7
чай с сахаром	200,0	200,0	51,50	51,50
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
<b>итого за завтрак</b>			<b>577,50</b>	<b>628,3</b>

### Обед 13-00,14-05

салат из огурцов,горошка	100,0	100,0	93	93
рассольник домашний на м/б	250,0	300,0	184	221
ленивые голубцы	250,0	250,0	130,6	130,6
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из сливы	200,0	200,0	55,8	55,8
<b>итого за обед</b>			<b>657,0</b>	<b>694,0</b>

### Ужин 18-30

гуляш	100	100	130,6	130,6
макаронны 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
<b>итого за ужин</b>			<b>725,70</b>	<b>725,70</b>

### Поздний ужин 21-00

булочка сдобная	60	80	224	336
чай с сахаром	200	200	51,5	51,5
<b>итого за ужин</b>			<b>275,50</b>	<b>387,50</b>
<b>итого за день</b>			<b>2610,30</b>	<b>2810,10</b>

Зав. производством



Киреева З.А.