



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

Меню на 29 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 рисовая	200	250	200,7	250
хлеб пшеничный	90	120	217,8	290,4
масло сливочное/порция/	10	10	75	75
чай с сахаром	200	200	51,5	51,5
итого за завтрак	500,0	580,0	545,00	666,9

Обед 14-00

салат из квашенной капусты с луком	100	100	60	60
суп рыбный	200	250	142,75	171,3
гуляш	100	100	130,6	130,6
каша пшеничная	200	230	144	165,6
хлеб пшеничный	90	120	217,8	290,4
компот из сухофруктов	200	200	55,8	55,8
итого за обед	890,0	1000,0	751,0	873,7

Ужин 18-30

котлета мясная	100	100	193,6	211
соус красный основной	50	50	35,5	35,5
горошница	200	230	190,4	238
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	640,0	670,0	688,10	753,10

Поздний ужин 21-00

плюшка	60	80	224	336
молоко питьевое	200,0	200,0	101,32	101,32
итого за ужин	260	280	325,32	437,32
итого за день			1995,87	2352,52

Зав. производством Ночина А.Г.Ночина