

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



Меню на 31 января 2025

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

суп молоч с макар изделиями	200,0	250,0	189	237
чай с молоком	200,0	200,0	138,9	138,9
хлеб ржаной	48,0	72,0	186,5	242,0
сыр твердый в нарезке	15,0	15,0	54,50	54,50
масло сливочное	10,0	10,0	75,00	75,00
яблоко свежее	150,0	150,0	54,00	54,00
итого за завтрак	623,0	697,0	697,90	801,4

Обед . 14-00

лечо из сладкого перца	80,0	80,0	45	45
суп гороховый на м/б	250,0	300,0	191,9	230,2
гуляш	100,0	100,0	130,6	130,6
каша гречневая	250,0	250,0	180	180
хлеб пшеничный	80,0	80,0	193,6	193,6
компот из сухофруктов	200,0	200,0	55,8	55,8
итого за обед	960,0	1010,0	796,9	835,2

Ужин 18-30

азу по татарски	300,0	300,0	291,6	291,6
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	590,0	590,0	611,70	611,70

Поздний ужин 21-00

плюшка	60	80	224	336
чай с сахаром	200,0	200,0	51,50	51,50
итого за ужин			275,50	387,50
итого за день	260	280	2756,60	3010,40

Зав. производством

И.Б.Кузнецова