Согласовано:
Директор МКОУ «Моховская ОШ»
Маркова С.И.

Меню рационов питания учащихся МКОУ «Моховская ОШ»

На 07.06.2023г.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергети-ческая ценность (калл)
			Белки	Жиры	Угл.	
Меню для организации питания воспитанников оздоровительного лагеря из расчета 156-00 руб. в день на одного воспитанника						
Завтрак:						
173	Каша молочная гречневая с маслом	200/10	6,25	8,91	27,92	217
376	Чай с лимоном	215/7	0,2	0,0	15,0	61,6
ттк	Батон нарезной	30	3,0	0,2	19,5	91,9
ттк	Яблоки свежие	100	0,8	0,8	19,6	94
	Итого:	**562**	**9,62**	**10,31**	**77,01**	**442,74**
Обед:						
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,5	148
390	Котлеты рыбные п/ф	100	13,88	9,36	13,59	149,4
203	Макаронные изделия отварные	180	5,5	5,7	33,3	206,4
ттк	Сок плодово-ягодный	200	1,0	0,4	20,2	88
ттк	Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ттк	Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4
	Итого:	**790**	**29,97**	**21,23**	**110,49**	**720,1**