

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



**Меню рационов питания учащихся МКОУ
 «Моховская ОШ»**

На 09.06.2023г.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белк и	Жиры	Угл.	
Меню для организации питания воспитанников оздоровительного лагеря из расчета 156-00 руб. в день на одного воспитанника						
Завтрак:						
175	Каша вязкая молочная «Дружба»	200	3,3	8,6	23,2	183
376	Чай с сахаром	215	0,53	0,0	9,47	40,0
ттк	Батон нарезной	30	3,0	0,2	19,5	91,9
ттк	Яблоки свежие	100	0,8	0,8	19,6	94,0
	Итого:	545	7,63	9,6	71,77	408,9
Обед:						
113	Суп лапша - домашняя	250	2,57	5,54	11,62	115
325	Фрикадельки из мяса птицы п/ф с соусом томатным	100/30	15,5	17,4	9,75	202
199	Пюре из бобовых с маслом (горох)	180	12,9	6,53	33,4	242
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4
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:	820	35,07	29,97	101,07	764,7