

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

Меню рационов питания учащихся МКОУ «Моховская ОШ»

На 08.09.2023г.

№ рецеп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Угл.	
Меню для организации питания льготной категории обучающихся из расчета 82,25 руб. в день на одного ребенка						
Возрастная группа 7-11 лет						
70	Помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	13,2
325	Фрикадельки из птицы	90	13,55	10,43	8,78	183
366	Соус томатный	30	0,35	1,26	2,41	22
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
376	Чай с сахаром	215	0,1	0,0	14,8	59,3
ТТК	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
	Итого:	585	26,2	18	86,61	613,9
Возрастная группа 12 лет и старше						
70	Помидоры свежие	100	1,0	0,2	3,8	22
325	Фрикадельки из птицы	100	15,05	11,58	9,76	203
366	Соус томатный	50	0,58	2,1	4	36,6
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,31	7,31	46,37	292,5
376	Чай с сахаром	215	0,1	0,0	14,8	59,3
ТТК	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,25	24,37	114,87
	Итого:	695	30,76	21,46	103,3	728,97
Дополнительное бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов из расчета 10 рублей в день на одного ребенка						
Возрастная группа 7-11 лет						
ТТК	Батон	30	2,8	0,3	11,7	55,14
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
Возрастная группа 12 лет и старше						
ТТК	Батон	50	3,95	0,5	19,5	91,9
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60