

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



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

На 15.09.2023г

| № рецеп | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (калл) |
|---|------------------------------------|------------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
| | | | 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 | | | | | | |
| ТТК | Огурцы соленые | 60 | 1.1 | 0.2 | 3.8 | 22 |
| ТТК | Филе грудки куриное в панировке ПФ | 90 | 10.2 | 8.82 | 10.17 | 160.5 |
| 309 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5.52 | 4.52 | 26.45 | 168.5 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.66 | 0.09 | 32.01 | 133 |
| ТТК | Хлеб пшеничный | 45 | 3.75 | 0.25 | 24.37 | 114.87 |
| | Итого: | 545 | 23,0 | 14,76 | 100,2 | 628,37 |
| Возрастная группа 12 лет и старше | | | | | | |
| ТТК | Огурцы соленые | 100 | 1.43 | 6.08 | 8.36 | 93 |
| ТТК | Филе грудки куриное в панировке ПФ | 100 | 11.3 | 9.8 | 11.3 | 178.4 |
| 309 | Макаронные изделия отварные | 1850 | 6.62 | 5.42 | 31.73 | 202.1 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.66 | 0.09 | 32.01 | 133 |
| ТТК | Хлеб пшеничный | 55 | 3.75 | 0.25 | 24.37 | 114.87 |
| | Итого: | 635 | 25,76 | 22,64 | 111,6 | 753,97 |
| 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 |