

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



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

На 21.09.2023г

№ 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						
ТТК	Филе грудки куриные в панировке ПФ	90	10.2	8.82	10.17	160.5
366	Соус томатный	30	0.35	1.26	2.4	22.0
199	Бобовые отварные (горох)	150	12.9	6.53	33.4	242
389	Сок фруктовый	200	1.0	0.0	20.2	84.8
ТТК	Хлеб пшеничный	50	3.75	0.25	24.37	114.87
	Итого:	520	28,1	15,6	88,14	602,17
Возрастная группа 12 лет и старше						
ТТК	Филе грудки куриные в панировке ПФ	100	11.3	9.8	11.3	178.4
366	Соус томатный	50	0.58	2.1	4.01	37.25
199	Бобовые отварные (горох)	180	15.6	7.83	40.7	291.4
389	Сок фруктовый	200	1.0	0.0	20.2	84.8
ТТК	Хлеб пшеничный	50	3.75	0.25	24.37	114.87
	Итого:	580	32,3	19,98	100,6	706,72
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