

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



## Меню рационов питания учащихся МКОУ «Моховская ОШ»

На 28.09.2023г

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Угл.	
<b>Меню для организации питания льготной категории обучающихся из расчета 82,25 руб. в день на одного ребенка</b>						
Возрастная группа 7-11 лет						
ТТК	Котлеты рыбные ПФ	90	11,7	1,8	12,6	117
366	Соус томатный	30	0,35	1,26	2,41	22
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
376	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3
ТТК	Хлеб пшеничный	30	2,8	0,3	14,48	70
	<b>Итого:</b>	<b>515</b>	<b>18,6</b>	<b>8,73</b>	<b>80,97</b>	<b>478</b>
Возрастная группа 12 лет и старше						
ТТК	Котлеты рыбные ПФ	100	13,0	2,0	14,0	130
366	Соус томатный	50	0,58	2,1	4	36,6
304	Рис отварной	180	4,38	6,45	44,02	251,6
376	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3
ТТК	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,25	24,37	114,87
	<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>21,8</b>	<b>10,8</b>	<b>101,2</b>	<b>592,37</b>
<b>Дополнительное бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов из расчета 10 рублей в день на одного ребенка</b>						
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