

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



## Меню рационов питания учащихся МКОУ «Моховская ОШ»

На 29.09.2023г

№ рецеп	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	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
	<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>23,0</b>	<b>14,76</b>	<b>100,2</b>	<b>628,37</b>
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
	<b>Итого:</b>	<b>635</b>	<b>25,76</b>	<b>22,64</b>	<b>111,6</b>	<b>753,97</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