

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



Меню рационов питания учащихся МКОУ «Моховская ОШ»

На 12.10.2023г

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кал.)
			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	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
	Итого:	515	18,6	8,73	80,97	478
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
	Итого:	595	21,8	10,8	101,2	592,37
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