


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

Утверждаю:  
 ИП Паластрова Е.В.  
 Владимирова



## Меню рационов питания учащихся МКОУ «Моховская ОШ»

На 16.11.2023г

№ 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						
234	Котлеты рыбные	90	7,82	6,93	11,21	135
366	Соус томатный	30	0,35	1,26	2,4	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 №6	Хлеб пшеничный	30	2,8	0,3	14,48	70
	<b>Итого за приём пищи (завтрак):</b>	<b>515</b>	<b>14,7</b>	<b>13,86</b>	<b>79,57</b>	<b>496</b>
Возрастная группа 12 лет и старше						
234	Котлеты рыбные	100	8,68	7,33	12,46	150
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 №6	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,25	24,37	114,87
	<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>595</b>	<b>17,5</b>	<b>16,13</b>	<b>99,65</b>	<b>612,37</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						
ТТК6	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						
ТТК6	Батон	50	3,95	0,5	19,5	91,9
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60