

Согласовано:
Директор МКОУ «СШ № 10»
Лепилина Е.А.



Меню рационов питания учащихся МКОУ «СШ № 10»

На 02.10.2023 г.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (калл)
			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						
174	Каша вязкая рисовая молочная	150/5	4,23	7,64	37,29	235,3
15	Сыр порциями	10	2,2	2,9	0,0	35,3
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
ТТК	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	70,5
338	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
	Итого:	570	10,1	11,36	86,49	493
Возрастная группа 12 лет и старше						
174	Каша вязкая рисовая молочная	200/5	6	10,85	42,95	294
15	Сыр порциями	10	2,2	2,9	0,0	35,3
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
ТТК	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	70,5
338	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,3	24,3	114
	Итого:	630	12,62	14,67	96,95	573,8
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