

Согласовано:

Директор МКОУ «СШ № 10»  
городского округа город Михайловка  
Волгоградской области»  
Лепилина Е.А.



**Меню рационов питания учащихся МКОУ «СШ № 10»  
На 03.10.2024 г.**

| № 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 87,36 руб. в день на одного ребенка</b>   |                                      |                  |                      |              |              |                                |
| Возрастная группа 7-11 лет  |                                      |                  |                      |              |              |                                |
| 329   | Кнели куриные (филе п/ф)             | 90               | 15,75                | 14,45        | 5,58         | 220,5                          |
| 366   | Соус томатный                        | 30               | 0,35                 | 1,26         | 2,4          | 22                             |
| 198   | Бобовые отварные (горох)             | 150              | 12,9                 | 6,53         | 33,4         | 242                            |
| 376   | Чай с сахаром                        | 200/15           | 0,07                 | 0,02         | 15           | 60                             |
| ТТК №6  | Хлеб пшеничный                       | 50               | 3,75                 | 0,25         | 24,37        | 114,87                         |
|   | <b>Итого:</b>                        | <b>535</b>       | <b>32,82</b>         | <b>22,51</b> | <b>80,75</b> | <b>659,37</b>                  |
| Возрастная группа 12 лет и старше   |                                      |                  |                      |              |              |                                |
| 329   | Кнели куриные (филе п/ф)             | 100              | 17,5                 | 16,65        | 6,2          | 245                            |
| 366   | Соус томатный                        | 50               | 0,58                 | 2,1          | 4,01         | 37,25                          |
| 198   | Бобовые отварные (горох)             | 180              | 15,6                 | 7,83         | 40,7         | 291,4                          |
| 376   | Чай с сахаром                        | 200/15           | 0,07                 | 0,02         | 15           | 60                             |
| ТТК №6  | Хлеб пшеничный                       | 50               | 3,75                 | 0,25         | 24,37        | 114,87                         |
|   | <b>Итого:</b>                        | <b>595</b>       | <b>37,5</b>          | <b>26,85</b> | <b>90,28</b> | <b>748,52</b>                  |
| <b>Дополнительное бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов из расчета 28 рублей в день на одного ребенка</b> |                                      |                  |                      |              |              |                                |
| Возрастная группа 7-11 лет  |                                      |                  |                      |              |              |                                |
| 120   | Суп молочный с макаронными изделиями | 150              | 4,4                  | 3,8          | 14,8         | 112                            |
| ТТК №6  | Хлеб пшеничный                       | 30               | 2,8                  | 0,3          | 14,48        | 70                             |
| 376   | Чай с сахаром                        | 200/15           | 0,07                 | 0,02         | 15           | 60                             |
|   | <b>Итого:</b>                        | <b>395</b>       | <b>7,27</b>          | <b>4,12</b>  | <b>44,28</b> | <b>242</b>                     |
| Возрастная группа 12 лет и старше   |                                      |                  |                      |              |              |                                |
| 120   | Суп молочный с макаронными изделиями | 200              | 5,9                  | 5,1          | 19,7         | 149                            |
| ТТК №6  | Хлеб пшеничный                       | 30               | 2,8                  | 0,3          | 14,48        | 70                             |
| 376   | Чай с сахаром                        | 200/15           | 0,07                 | 0,02         | 15           | 60                             |
|   | <b>Итого:</b>                        | <b>450</b>       | <b>8,77</b>          | <b>5,42</b>  | <b>34,18</b> | <b>279</b>                     |