

Согласовано:

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



Утверждено:

М.П. Паластрова Е.В.
Паластрова Е.В. (Е.В. Паластрова)
Владимирова



**Меню рационов питания учащихся
МКОУ «СШ № 10»**

На 05.05.2025 г.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Угл.	
Меню для организации питания льготной категории обучающихся из расчета 87-36 руб. в день на одного ребенка						
Возрастная группа 7-11 лет						
174	Каша вязкая рисовая молочная	150/5	4,5	8,13	32,21	220
15	Сыр порциями	12	2,64	3,48	0,0	42,36
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	60	5,6	0,6	28,96	140
	Итого:	592	13,41	12,83	90,87	532,86
Возрастная группа 12 лет и старше						
174	Каша вязкая рисовая молочная	200/5	6	10,85	42,95	294
15	Сыр порциями	12	2,64	3,48	0,0	42,36
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	60	5,6	0,6	28,96	140
	Итого:	642	14,91	15,55	117,1	606,86