

Согласовано:

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



**Меню рационов питания учащихся МКОУ «СШ № 10»  
На 07.10.2024 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						
174	Каша вязкая молочная из пшена и риса	150/5	4,56	8,4	25,11	195
15	Сыр порциями	12	2,64	3,48	0	42,36
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	70,5
ТТК №6	Хлеб пшеничный	60	3,75	0,25	24,37	114,87
	<b>Итого:</b>	<b>592</b>	<b>11,62</b>	<b>12,75</b>	<b>79,18</b>	<b>482,73</b>
Возрастная группа 12 лет и старше						
174	Каша вязкая молочная из пшена и риса	200/5	6	10,85	42,95	294
15	Сыр порциями	12	2,64	3,48	0	42,36
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	70,5
ТТК №6	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,3	24,3	114
	<b>Итого:</b>	<b>632</b>	<b>13,06</b>	<b>15,25</b>	<b>96,95</b>	<b>580,86</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						
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,32	71,8
ТТК №6	Хлеб пшеничный	30	2,8	0,3	14,48	70
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133
	<b>Итого:</b>	<b>430</b>	<b>4,87</b>	<b>4,35</b>	<b>52,81</b>	<b>274,8</b>
Возрастная группа 12 лет и старше						
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,8	4,95	7,9	89,75
ТТК №6	Хлеб пшеничный	30	2,8	0,3	14,48	70
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133
	<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>5,26</b>	<b>5,34</b>	<b>54,39</b>	<b>292,75</b>