

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



Меню рационов питания учащихся МКОУ «СШ № 10»

На 10.05.2023г.

№ 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 82,25 руб. в день на одного человека						
Возрастная группа 7-11 лет						
174	Каша вязкая молочная рисовая	205	4,2	7,2	30,5	205,1
15	Хлеб пшеничный с сыром	30/10	5,2	3,1	19,5	127,2
376	Чай с сахаром	215	0,1	0,0	14,8	59,3
338	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68,4
	Итого:	610	10,2	10,9	79,1	460,0
Возрастная группа 12-18 лет						
174	Каша вязкая молочная рисовая	205	4,2	7,2	30,5	205,1
15	Хлеб пшеничный с сыром	30/10	5,2	3,1	19,5	127,2
376	Чай с сахаром	215	0,1	0,0	14,8	59,3
338	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68,4
	Итого:	610	10,2	10,9	79,1	460,0
Дополнительный прием пищи из расчета 10 рублей в день на одного ребенка						
	Кондитерское изделие	50	3,55	3,2	35,0	181,0