

Согласовано:

Директор МКОУ «СШ № 10»

Лепилина Е.А.



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

На 11.05.2023г.

№ реп	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						
Завтрак:						
Возрастная категория: дети 7-11 лет						
70	Помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	13,2
294	Котлеты, рубленые из филе птицы с соусом томатным	90	14,85	14,28	17,38	257,0
203	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,32	26,76	168,5
376	Чай с сахаром и лимоном	215/7	0,07	0,02	15,0	60,0
сн1	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
	Итого за прием пищи:	562	24,1	18,94	80,92	590,6
Возрастная категория: дети с 12 лет и старше						
70	Помидоры свежие	100	1,1	0,2	3,8	22,0
294	Котлеты, рубленые из филе птицы с соусом томатным	100/50	16,63	16,6	20,6	297,6
203	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,1
376	Чай с сахаром и лимоном	215/7	0,07	0,02	15,0	60,0
сн1	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,25	24,37	114,87
	Итого за прием пищи:	702	28,17	22,49	95,5	696,57
Дополнительный прием пищи из расчета 10 рублей в день на одного ребенка						
	Кондитерское изделие	50	3,55	3,2	35,0	181