

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



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

На 12.05.2023г.

№ реп	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 ребенка						
Завтрак:						
Возрастная категория: дети 7-11 лет						
223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/15	18,56	12,00	21,6	186,4
338	Фрукты свежие (банан)	250	0,82	0,82	19,54	93,48
349	Сок плодово-ягодный	200	1,0	0,2	20,2	92
СН 1	Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9
	Итого:	595	22,58	13,22	75,94	440,78
Возрастная категория: дети с 12 лет и старше						
223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/15	18,56	12,00	21,6	186,4
338	Фрукты свежие (банан)	250	0,82	0,82	19,54	93,48
349	Сок плодово-ягодный	200	1,0	0,2	20,2	92
СН 1	Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9
	Итого:	595	22,58	13,22	75,94	440,78
Дополнительный прием пищи из расчета 10 рублей в день на одного ребенка						
	Кондитерское изделие	50	3,55	3,2	35,0	181