

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



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

На 19.05.2023г.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая 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
239	Котлеты рыбные	90	13,88	9,36	13,59	149,4
199	Гороховое пюре	150	12,9	6,53	33,4	242
349	Чай с сахаром	215	0,66	0,09	32,01	133
сн1	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,25	24,37	114,87
	Итого за прием пищи:	565	31,19	16,23	103,37	639,27
Возрастная категория: дети с 12 лет и старше						
70	Помидоры свежие	100	1,1	0,2	3,8	22,0
239	Котлеты рыбные	100	15,4	10,4	15,1	166
199	Гороховое пюре	180	15,6	7,83	40,7	291,4
349	Чай с сахаром	215	0,66	0,09	32,01	133
сн1	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,25	24,37	114,87
	Итого за прием пищи:	645	35,41	18,57	112,18	705,27
Дополнительный прием пищи из расчета 10 рублей в день на одного ребенка						
	Кондитерское изделие	50	3,55	3,2	35,0	181