

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



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

На 22.05.2023г.

№ 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 82,25 руб. в день на одного человека</b>						
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
	<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>10,2</b>	<b>10,9</b>	<b>79,1</b>	<b>460,0</b>
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
	<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>10,2</b>	<b>10,9</b>	<b>79,1</b>	<b>460,0</b>
Дополнительный прием пищи из расчета 10 рублей в день на одного ребенка						
	Кондитерское изделие	50	3,55	3,2	35,0	181,0