

Согласовано:
 Директор МКОУ «Плотниковская СШ»
 (Котельникова О.О.)
 МП

Утверждаю:
 ИП Дьякова
 (Дьякова Е. В.)
 МП

Меню рационов питания учащихся
 МКОУ «Плотниковская СШ»

15.09 .2023 г

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Меню для организации питания льготной категории обучающихся из расчета 82 рублей 25 копеек в день на одного ребенка						
Завтрак для возрастной категории: дети от 7 до 11 лет						
70	Овощи по сезону (капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,1	0,2	3,8	22
ТТК №8	Филе грудки куриные в панировке ПФ	90	10,2	8,82	10,17	160,5
309/203	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,5
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133
ТТК №6	Хлеб пшеничный	45	3,75	0,25	24,37	114,87
	Итого за приём пищи (завтрак):	545	21,2	13,88	96,77	598,87
Завтрак для возрастной категории: дети с 12 и старше						
70	Овощи по сезону (капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	1,43	6,08	8,36	93
ТТК №8	Филе грудки куриные в панировке ПФ	100	11,3	9,8	11,3	178,4
309/203	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,1
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133
ТТК №6	Хлеб пшеничный	55	3,75	0,25	24,37	114,87
	Итого за приём пищи (завтрак):	635	23,76	21,64	107,8	721,37
Дополнительный льготный приём пищи из расчета 10 рублей в день на одного обучающегося (ОВЗ)						
ТТК № 6	Батон	30	2,8	0,3	11,7	55,14
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
	Итого за приём пищи:	245	2,87	0,32	26,7	115,14
Повар						