



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



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

Меню рационов питания учащихся  
МКОУ «Плотниковская СШ»

21.09 .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						
<b>Завтрак для возрастной категории: дети от 7 до 11 лет</b>						
ТТК№8	Филе грудки куриные в панировке ПФ	90	10,2	8,82	10,17	160,5
366	Соус томатный	30	0,35	1,26	2,4	22
198	Бобовые отварные (горох)	150	12,9	6,53	33,4	242
389	Сок фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	84,8
ТТК №6	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,25	24,37	114,87
	<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>520</b>	<b>28,1</b>	<b>15,6</b>	<b>88,14</b>	<b>602,17</b>
<b>Завтрак для возрастной категории: дети с 12 и старше</b>						
ТТК№8	Филе грудки куриные в панировке ПФ	100	11,3	9,8	11,3	178,4
366	Соус томатный	50	0,58	2,1	4,01	37,25
198	Бобовые отварные (горох)	180	15,6	7,83	40,7	291,4
389	Сок фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	84,8
ТТК №6	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,25	24,37	114,87
	<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>580</b>	<b>32,3</b>	<b>19,98</b>	<b>100,6</b>	<b>706,72</b>
<b>Дополнительный льготный приём пищи из расчета 10 рублей в день на одного обучающегося</b>						
ТТК № 6	Батон	30	2,8	0,3	11,7	55,14
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
	<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>245</b>	<b>2,87</b>	<b>0,32</b>	<b>26,7</b>	<b>115,14</b>
Повар						