



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



Утверждаю:  
 Дьякова Е.В.)  
 МП

Меню рационов питания учащихся  
 МКОУ «Плотниковская СШ»

1.09.2023г

№ 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>						
70	Овощи по сезону (капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
325д	Фрикадельки из птицы	90	13,55	10,43	8,78	183
366д	Соус томатный	30	0,35	1,26	2,4	22
171/302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,80
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
ТТК №6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
	<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>585</b>	<b>26,2</b>	<b>18</b>	<b>86,61</b>	<b>613,9</b>
<b>Завтрак для возрастной категории: дети с 12 и старше</b>						
70	Овощи по сезону (капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	1,0	0,2	3,8	22
325д	Фрикадельки из птицы	100	15,05	11,58	9,75	203
366д	Соус томатный	50	0,58	2,1	4	36,6
171/302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,31	7,31	46,37	292,5
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
ТТК №6	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,25	24,37	114,87
	<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>695</b>	<b>30,76</b>	<b>21,46</b>	<b>103,3</b>	<b>728,97</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						