



Утверждаю:



Меню рационов питания учащихся
МКОУ «Плотниковская СШ»

01.03 .2024г

№ 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 87 рублей 36копеек в день на одного ребенка						
<i>Завтрак для возрастной категории: дети от 7 до 11 лет</i>						
70	Овощи по сезону (капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
289	Рагу из птицы	200	14.64	12.16	17.38	237.5
389	Сок фруктовый	200	1.0	0.0	20.2	84.8
ТТК №6	Хлеб пшеничный	60	3,75	0,25	24.37	114.87
	Итого за приём пищи:	520	20.05	12.53	64.23	450.37
<i>Завтрак для возрастной категории: дети с 12 и старше</i>						
70	Овощи по сезону (капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	1,0	0,2	3,8	22
289	Рагу из птицы	250	18.3	15.2	21.7	297
389	Сок фруктовый	200	1.0	0.0	20.2	84.8
ТТК №6	Хлеб пшеничный	60	4.5	0,36	29.16	136.8
	Итого за приём пищи:	610	24.8	15.76	74.86	540.6
Повар						