



Согласовано  
и.о. Директора МКОУ «Плотниковская СШ»  
Антонова С.Е.

Утверждаю:

ИП Дьякова  
(Дьякова Е.Е.)

МП



22.02 2024 г  
Меню рационов питания учащихся  
МКОУ «Плотниковская СШ»

| № 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 |                                       |              |                      |              |              |                                 |
| <b>Завтрак для возрастной категории: дети от 7 до 11 лет</b>   |                                       |              |                      |              |              |                                 |
| 234  | Котлеты рыбные                        | 90           | 7,82                 | 6,93         | 11,21        | 135                             |
| 366  | Соус томатный                         | 30           | 0,35                 | 1,26         | 2,4          | 22                              |
| 304  | Рис отварной                          | 150          | 3,65                 | 5,37         | 36,68        | 209,7                           |
| 376  | Чай с сахаром                         | 200/15       | 0,1                  | 0,0          | 14,8         | 59,3                            |
| ТТК №6   | Хлеб пшеничный                        | 30           | 2,8                  | 0,3          | 14,48        | 70                              |
|  | <b>Итого за приём пищи (завтрак):</b> | <b>515</b>   | <b>14,7</b>          | <b>13,86</b> | <b>79,57</b> | <b>496</b>                      |
| <b>Завтрак для возрастной категории: дети с 12 и старше</b>  |                                       |              |                      |              |              |                                 |
| 234  | Котлеты рыбные                        | 100          | 8,68                 | 7,33         | 12,46        | 150                             |
| 366  | Соус томатный                         | 50           | 0,58                 | 2,1          | 4            | 36,6                            |
| 304  | Рис отварной                          | 180          | 4,38                 | 6,45         | 44,02        | 251,6                           |
| 376  | Чай с сахаром                         | 200/15       | 0,1                  | 0,0          | 14,8         | 59,3                            |
| ТТК №6   | Хлеб пшеничный                        | 50           | 3,75                 | 0,25         | 24,37        | 114,87                          |
|  | <b>Итого за приём пищи:</b>           | <b>595</b>   | <b>17,49</b>         | <b>16,13</b> | <b>99,65</b> | <b>612,37</b>                   |
|  |                                       |              |                      |              |              |                                 |
|  |                                       |              |                      |              |              |                                 |
|  |                                       |              |                      |              |              |                                 |
| Повар  |                                       |              |                      |              |              |                                 |