



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

МП



Утверждаю:

ИП Дьякова  
(Дьякова Е. В.)

МП

Меню рационов питания учащихся  
МКОУ «Плотниковская СШ»

12.01

.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 36 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                            |
| 289   | Рагу из птицы  | 175          | 12.8                 | 10.62        | 15.1         | 208                             |
| 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                          |
| <b>Итого за приём пищи:</b>   |  | <b>500</b>   | <b>20.05</b>         | <b>12.53</b> | <b>64.23</b> | <b>450.37</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                              |
| 289   | Рагу из птицы  | 200          | 14.63                | 12.14        | 17.25        | 237                             |
| 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>565</b>   | <b>19.45</b>         | <b>12.61</b> | <b>60.42</b> | <b>433.87</b>                   |
| Повар   |  |              |                      |              |              |                                 |