

Согласовано:

Директор МКОУ « Сидорская СШ »

(Иванова Е.Н.)

МП



Утверждаю:

ИП Олейникова

(Олейникова О. В.)

МП



**Меню рационов питания учащихся  
МКОУ « Сидорская СШ »**

13.05.2024 г.

| № рецептур<br>ы   | Прием пищи,<br>наименование блюда     | Масса порци<br>и | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность,<br>(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>  |                                       |                  |                      |              |              |                                       |
| 175   | Каша вязкая молочная из пшена и риса  | 150/5            | 4,56                 | 8,4          | 25,11        | 195                                   |
| 15  | Сыр порциями                          | 12               | 2,64                 | 3,48         | 0,0          | 42,36                                 |
| 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                                |
| 338   | Фрукты свежие                         | 150              | 0,6                  | 0,6          | 14,7         | 70,5                                  |
|   | <b>Итого за приём пищи (завтрак):</b> | <b>582</b>       | <b>11,62</b>         | <b>12,75</b> | <b>79,18</b> | <b>482,73</b>                         |
| <b>Завтрак для возрастной категории: дети с 12 и старше</b>   |                                       |                  |                      |              |              |                                       |
| 175   | Каша вязкая молочная из риса и пшена  | 200/5            | 6                    | 10,85        | 42,95        | 294                                   |
| 15  | Сыр (порциями)                        | 12               | 2,64                 | 3,48         | 0,0          | 42,36                                 |
| 376   | Чай с сахаром                         | 200/15           | 0,07                 | 0,02         | 15           | 60                                    |
| ТТК№6   | Хлеб пшеничный                        | 50               | 3,75                 | 0,3          | 24,3         | 114                                   |
| 338   | Фрукты свежие                         | 150              | 0,6                  | 0,6          | 14,7         | 70,5                                  |
|   | <b>Итого за приём пищи (завтрак):</b> | <b>632</b>       | <b>13,1</b>          | <b>15,25</b> | <b>96,95</b> | <b>580,86</b>                         |
| <b>Дополнительный льготный приём пищи из расчета 28 рублей в день на одного обучающегося (ОВЗ)</b>                  |                                       |                  |                      |              |              |                                       |
| 88  | Щи из свежей капусты с картофелем     | 200              | 1,41                 | 3,96         | 6,32         | 71,8                                  |
| ТТК №6  | Хлеб пшеничный                        | 30               | 2,8                  | 0,3          | 14,48        | 70                                    |
| 349   | Компот из сухофруктов                 | 200              | 0,66                 | 0,09         | 32,01        | 133                                   |
|   | <b>Итого за приём пищи:</b>           | <b>430</b>       | <b>4,87</b>          | <b>4,35</b>  | <b>52,81</b> | <b>274,8</b>                          |
| Повар _____   |                                       |                  |                      |              |              |                                       |