



Меню рационов питания учащихся
МКОУ « Сидорская СШ »

06.05.2024 г

№ рецептур	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						
Завтрак для возрастной категории: дети от 7 до 11 лет						
174	Каша вязкая молочная рисовая	150/5	4,23	7,64	37,29	235,3
219	Сырники классические (п/ф) со сгущённым молоком	50/20	10,8	8,97	17,14	193
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
ТТК №6	Хлеб	40	3	0,2	19,5	91,9
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	Итого за приём пищи: (завтрак)	630	18,7	17,43	103,6	650,7
Завтрак для возрастной категории: дети с 12 и старше						
174	Каша вязкая молочная рисовая	200/5	6	10,85	42,95	294
219	Сырники классические (п/ф) со сгущённым молоком	50/20	10,8	8,97	17,14	193
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
ТТК №6	Хлеб	50	3,75	0,3	24,3	114
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	Итого за приём пищи (завтрак):	690	21,22	20,74	114,09	731,5
Дополнительный льготный приём пищи из расчета 28 рублей в день на одного обучающегося (ОВЗ)						
101	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	1,6	2,17	9,7	68,6
ТТК №6	Хлеб пшеничный	30	2,8	0,3	14,48	70
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
	Итого за приём пищи:	445	4,47	2,49	39,18	198,6
Повар						