



Согласовано:
Директор МКОУ « Сидорская СШ »
(Иванова Е.Н.)



Утверждаю:
И.И. Олейникова
(Олейникова О. В.)

Меню рационов питания учащихся
МКОУ « Сидорская СШ »

08.05.2024 г

| № 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 | | | | | | |
| Завтрак для возрастной категории: дети от 7 до 11 лет | | | | | | |
| 47 | Овощи по сезону (капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 60 | 1,02 | 3 | 5,07 | 51,42 |
| 291 | Плов из птицы | 175 | 16,4 | 13,95 | 29,27 | 308 |
| 377 | Чай с лимоном | 200/15/7 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 |
| ТТК №6 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,75 | 0,25 | 24,37 | 114,87 |
| | Итого за приём пищи: | 507 | 21,3 | 17,22 | 73,91 | 536,29 |
| Завтрак для возрастной категории: дети с 12 и старше | | | | | | |
| 47 | Овощи по сезону (капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 100 | 1,71 | 5 | 8,46 | 85,7 |
| 291 | Плов из птицы | 200 | 18,9 | 16,5 | 33 | 299 |
| 377 | Чай с лимоном | 200/15/7 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 |
| ТТК №6 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,75 | 0,25 | 24,37 | 114,87 |
| | Итого за приём пищи: | 572 | 24,49 | 21,77 | 81,03 | 561,57 |
| Дополнительный льготный приём пищи из расчета 28 рублей в день на одного обучающегося (ОВЗ) | | | | | | |
| 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 |
| | Итого за приём пищи: | 430 | 4,87 | 4,35 | 52,81 | 274,8 |
| Повар | | | | | | |