

Согласовно  
 Директор МКОУ «Раздорская СШ»  
 Гончарова Л.А.



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

**На 16.06.2023г.**

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (калл)
			Белк и	Жиры	Угл.	
<b>Меню для организации питания воспитанников оздоровительного лагеря из расчета 156-00 руб. в день на одного воспитанника</b>						
<b>Завтрак:</b>						
399	Блинчики со сгущенным молоком	100/20	6,5	3,71	40,47	221
377	Чай с лимоном	215/7	0,1	0,0	9,87	41,6
ттк	Батон нарезной	30	3,0	0,2	19,5	91,9
	<b>Итого:</b>	<b>372</b>	<b>8,8</b>	<b>3,91</b>	<b>64,94</b>	<b>331,5</b>
<b>Обед:</b>						
ттк	Огурцы свежие	60	1,0	0,1	8,3	25,7
133	Суп картофельный с рисом	250	1,9	1,9	13,4	79,4
294	Наггетсы куриные п/ф	100	16,2	20,7	15,1	312,1
203	Макаронные изделия отварные	180	5,5	5,7	33,3	206,4
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4
ттк	Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ттк	Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4
	<b>Итого:</b>	<b>850</b>	<b>28,7</b>	<b>28,9</b>	<b>116,4</b>	<b>829,3</b>