


Согласовано: 
 Директор МКОУ «Рвздорская СШ»
 Гончарова Л.А.



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

На 26.06.2023г.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белк и	Жиры	Угл.	
Меню для организации питания воспитанников оздоровительного лагеря из расчета 156-00 руб. в день на одного воспитанника						
Завтрак:						
174	Каша вязкая молочная рисовая	205	4,2	7,2	30,5	205,1
376	Чай с сахаром	215	0,53	0,0	9,47	40,0
ткк	Батон нарезной	30	3,0	0,2	19,5	91,9
	Итого:	450	7,73	7,4	59,47	337
Обед:						
ткк	Огурцы свежие	60	1,0	0,1	8,3	25,7
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,5	4,0	7,4	72,2
294	Котлеты рубленые из филе птицы п/ф	100	16,2	20,7	15,1	312,1
203	Макаронные изделия отварные	180	6,6	6,9	39,9	247,6
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4
ткк	Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ткк	Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4
	Итого:	850	29,4	32,2	117,0	863,3