

Согласовано:

Директор МКОУ «Раздорская СШ  
городского округа город Михайловка  
Волгоградской области»  
Гончарова Л.А.



Утверждаю:

ИП Паластрова Е.В.  
(Е.В.Паластрова)



## Меню рационов питания учащихся МКОУ «Раздорская СШ»

На 23.01.2025г

| № рец   | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------------------------|------------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|   |                                |                  | Белки                | Жиры         | Угл.          |                                |
| <b>Меню для организации питания льготной категории обучающихся из расчета 90,61 руб. в день на одного ребенка</b> |                                |                  |                      |              |               |                                |
| Возрастная группа 7-11 лет  |                                |                  |                      |              |               |                                |
| 234   | Котлеты рыбные                 | 90               | 7,82                 | 6,93         | 11,21         | 135                            |
| 366   | Соус томатный                  | 30               | 0,35                 | 1,26         | 2,41          | 22                             |
| 304   | Рис отварной                   | 150              | 3,65                 | 5,37         | 36,67         | 209,6                          |
| 349   | Компот из сухофруктов          | 200              | 0,66                 | 0,09         | 32,14         | 133                            |
| ТТК №6  | Хлеб пшеничный                 | 50               | 4,67                 | 0,5          | 24,13         | 116,67                         |
|   | <b>Итого:</b>                  | <b>520</b>       | <b>17,15</b>         | <b>14,15</b> | <b>106,56</b> | <b>616,27</b>                  |
| Возрастная группа 12 лет и старше   |                                |                  |                      |              |               |                                |
| 234   | Котлеты рыбные                 | 100              | 8,68                 | 7,33         | 12,46         | 150                            |
| 366   | Соус томатный                  | 50               | 0,58                 | 2,1          | 4,00          | 36,6                           |
| 304   | Рис отварной                   | 180              | 4,38                 | 6,45         | 44,02         | 251,6                          |
| 349   | Компот из сухофруктов          | 200              | 0,66                 | 0,09         | 32,14         | 133                            |
| ТТК №6  | Хлеб пшеничный                 | 50               | 4,67                 | 0,5          | 24,13         | 116,67                         |
|   | <b>Итого:</b>                  | <b>580</b>       | <b>18,97</b>         | <b>16,47</b> | <b>116,75</b> | <b>687,87</b>                  |