

Согласовано
Директор МКОУ «Раздорская СШ»
Гончаров



Утверждаю:

ИП Паластрова Е.В.
(Е.В.Паластрова)



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

На 31.03.2025г

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Угл.	
Меню для организации питания льготной категории обучающихся из расчета 90,61 руб. в день на одного ребенка						
Возрастная группа 7-11 лет						
175	Каша вязкая молочная из пшена и риса	200/5	6,08	11,2	33,48	260
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
ТТК №6	Хлеб пшеничный	50	4,67	0,5	24,13	116,67
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	Итого за приём пищи (завтрак):	620	11,42	12,4	87,31	507,17
Возрастная группа 12 лет и старше						
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена	250/5	7,6	13,98	41,85	325
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
ТТК №6	Хлеб пшеничный	50	4,67	0,5	24,13	116,67
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	Итого за приём пищи (завтрак):	670	12,94	15,1	95,68	572,17