



Согласовано:  
Директор МКОУ «Распопинская СШ»  
Чапльева С.В.

Утверждаю  
Директор ООО «СОЮЗ-К» Киселев Г.А.

22.09.2023г.

**Ежедневное меню МКОУ «Распопинская СШ»  
10 день (льготное питание)**

7-11 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
390	Котлеты рыбные «Любительские»	90	11,60	8,30	5,90	119,0
304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,80	6,80	38,90	219,30
71	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ свежий)	60	0,60	0,10	1,75	13,20
686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,00	15,20	60,00
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,30	0,60	17,10	90,50
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>550</b>	<b>19,60</b>	<b>15,80</b>	<b>78,85</b>	<b>502,00</b>

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
390	Котлеты рыбные «Любительские»	100	12,90	9,20	6,50	132,20
304	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,56	8,16	46,70	263,16
71	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ свежий)	100	1,00	0,16	2,90	22,00
686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,00	15,20	60,00
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,30	0,60	17,10	90,50
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>630</b>	<b>22,06</b>	<b>18,12</b>	<b>88,40</b>	<b>567,86</b>
<b>ОВЗ (полдник)</b>		<b>Завтрак II</b>				
	Пирожок печеный с овощной начинкой	80	7,11	5,50	47,30	267,60
348	Компот из изюма	200	0,50	0,10	27,40	112,60
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>280</b>	<b>7,61</b>	<b>5,60</b>	<b>74,70</b>	<b>380,20</b>
<b>Стоимость – 20,00 руб.</b>						