



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

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

20.10.2023г.

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	
Завтрак						
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
70	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ соленый)	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
Итого за прием пищи:		550	19,60	15,80	78,85	502,00

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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
70	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ соленый)	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
Итого за прием пищи:		630	22,06	18,12	88,40	567,86
ОВЗ (полдник)		Завтрак II				
	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
Итого за прием пищи:		280	7,61	5,60	74,70	380,20
Стоимость – 20,00 руб.						