

Согласовано  
И.о. директора МКОУ «Рогожинская  
ОШ»  
Шагуньсков А.С.



**Меню рационов питания  
учащихся МКОУ «Рогожинская  
ОШ»**

**на 22.05.2024**

|   | Прием пищи,<br>наименование<br>блюда      | Масса<br>порции | Пищевые<br>вещества (г) |              |              | Энергети<br>ческая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептур<br>ы |
|---|---|-----------------|-------------------------|--------------|--------------|--|--------------------|
|   |   |                 | Б                       | Ж            | У            |  |                    |
| <b>Меню для организации питания льготной категории обучающихся из<br/>расчета 87,36 руб в день для одного ребенка</b>                         |   |                 |                         |              |              |  |                    |
| <i>Возрастная группа: 7-11 лет</i>  |   |                 |                         |              |              |  |                    |
| <b>Завтрак</b>  | Овощи по сезону                           | 60              | 1,02                    | 3            | 5,07         | 51,42                                    | 47                 |
|   | Плов из птицы                             | 175             | 16,4                    | 13,95        | 29,27        | 308                                      | 291                |
|   | Чай с лимоном                             | 200/15/<br>7    | 0,13                    | 0,02         | 15,2         | 62                                       | 377                |
|   | Хлеб пшеничный                            | 50              | 3,75                    | 0,25         | 24,37        | 114,87                                   | ТТК №6             |
|   | <b>Итого за приём пищи<br/>(завтрак):</b> | <b>507</b>      | <b>21,3</b>             | <b>17,22</b> | <b>73,91</b> | <b>536,29</b>                            |                    |
| <i>Возрастная группа: 12 лет и старше</i>   |   |                 |                         |              |              |  |                    |
| <b>Завтрак</b>  | Овощи по сезону                           | 100             | 1,71                    | 5            | 8,46         | 85,7                                     | 47                 |
|   | Плов из птицы                             | 200             | 18,9                    | 16,5         | 33           | 299                                      | 291                |
|   | Чай с лимоном                             | 200/15/<br>7    | 0,13                    | 0,02         | 15,2         | 62                                       | 377                |
|   | Хлеб пшеничный                            | 50              | 3,75                    | 0,25         | 24,37        | 114,87                                   | ТТК №6             |
|   | <b>Итого за приём пищи<br/>(завтрак):</b> | <b>572</b>      | <b>24,4<br/>9</b>       | <b>21,77</b> | <b>81,03</b> | <b>561,57</b>                            |                    |
| <b>Дополнительное бесплатное питание обучающихся с ограниченными<br/>возможностями здоровья и детей инвалидов из расчета 28 рублей в день</b> |   |                 |                         |              |              |  |                    |
| <i>Возрастная группа: 12 лет и старше</i>   |   |                 |                         |              |              |  |                    |
|   | Щи из свежей капусты<br>с картофелем      | 250             | 1,8                     | 4,95         | 7,9          | 89,75                                    | 88                 |
|   | Хлеб пшеничный                            | 30              | 2,8                     | 0,3          | 14,48        | 70                                       | ТТК №6             |
|   | Компот из сухофруктов                     | 200             | 0,66                    | 0,09         | 32,01        | 133                                      | 349                |
|   | <b>Итого за приём пищи:</b>               | <b>480</b>      | <b>5,26</b>             | <b>5,34</b>  | <b>54,39</b> | <b>292,75</b>                            |                    |