



Утверждаю

Директор МКОУ "Красноклочинская СОШ"
Пильчук И.Н.

Меню на 07.02.2025

с 7-10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетич	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя I								
<i>День I</i>								
	Горячий бутерброд с сыром, маслом	44	16,17	4,69	8,80	13,14	150,52	7
	Каша вязкая (из рисовой крупы), с маслом	200	14,33	8,55	6,80	42,35	264,8	168
	Какао с молоком	200	12,47	3,26	3,15	15,02	101,47	382
	Фрукты свежие (яблоко)	100	18,00	0,4	0,4	9,8	44,4	338
итого за завтрак		544	60,97	16,9	19,15	80,31	561,19	
<i>обед</i>	Салат из моркови с яблоками	0	0	0	0	0	0	8
	Суп из овощей с фрикадельками	0	0	0	0	0	0	54-5с
	Рыба, запеченная с картофелем	0	0	0	0	0	0	41
	Компот из яблок и вишни	0	0	0	0	0	0	66
	Хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	0	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	0	0	0	0	0	0	90
итого за обед		0	0	0	0	0	0	
Всего за день		1692	60,97	16,9	19,15	80,31	561,19	
Процент удовлетворения от суточной				21,95	24,24	23,97	23,88	

МЕНЮ 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	цена	Пищевые вещества (г)			Энергетич	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя I								
<i>День I</i>								
<i>завтрак</i>	Горячий бутерброд с сыром, маслом	57	18,34	7,46	11,0	20,9	212,44	3
	Каша вязкая (из рисовой крупы), с маслом	250	16,95	10,40	8,67	46,9	307,23	168
	Какао с молоком	200	13,18	3,26	3,15	15,02	101,47	382
	Фрукты свежие (яблоко)	120	22,5	0,4	0,4	9,8	44,4	338
итого за завтрак		627	70,97	21,52	23,22	92,62	665,54	
<i>обед</i>	Салат из моркови с яблоками	100	8,41	0,7	8,1	5,8	98,9	54-11з
	Суп из овощей с фрикадельками	250/30	32,64	8,4	5,4	17,4	151,8	54-5с
	Рыба, запеченная с картофелем	300	35,53	15,7	15,8	34,3	342,2	41
	Компот из яблок и вишни	200	7,18	0,2	0,1	10,2	42,5	66
	Хлеб пшеничный	40	3,2	3,2	0,4	18,4	90	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,2	2,66	0,48	21,2	99,76	90
итого за обед		680	90,16	30,86	30,28	107,3	825,16	
Всего за день		1307	161,13	52,38	53,5	199,92	1490,7	
Процент удовлетворения от суточной				58,20	58,15	52,20	54,81	