

Утверждаю

Директор МКОУ "Красноключинская СОШ"  
Пильчук И.Н.



Меню на 11.12.2024

с 7 - 10 лет

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2								
День 6								
обед	Макароны отварные с маслом .тефтля п/ф	190	42,09	15,18	15,81	34,70	341,81	203
	Чай с сахаром	200	1,23	0,1	0	9	36,4	376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	2,4	0,3	13,8	67,5	Г/П
	Фрукты свежие (яблоко)	100	15	0,4	0,4	9,8	44,4	338
	<b>итого за завтрак</b>	<b>520</b>	<b>60,72</b>	<b>18,08</b>	<b>16,51</b>	<b>67,3</b>	<b>490,11</b>	
	Салат из свеклы с яблоками	0	0	0	0	0	0	6
	Свекольник со сметаной	0	0	0	0	0	0	20
	Мясо духовое	0	0	0	0	0	0	46
	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
	<b>итого за обед</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>520</b>	<b>60,72</b>	<b>18,08</b>	<b>16,51</b>	<b>67,3</b>	<b>490,11</b>	
	<i>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</i>				23,48	20,90	20,09	20,86

с 11 - 18 лет

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2								
День 6								
обед	Макароны отварные с маслом .тефтля п/ф	210	48,19	16,78	17,47	38,35	377,75	203
	Чай с сахаром	200	1,23	0,1	0	9	36,4	376
	Хлеб пшеничный	40	3,2	3,2	0,4	18,4	90	Г/П
	Фрукты свежие (яблоко)	120	18	0,56	0,56	13,72	62,16	338
	<b>итого за завтрак</b>	<b>570</b>	<b>70,62</b>	<b>20,64</b>	<b>18,43</b>	<b>79,47</b>	<b>566,31</b>	
	Салат из свеклы с яблоками	100	14,19	1,1	5,2	7,1	79,6	6
	Свекольник со сметаной	260	12,29	3,81	4	10,41	92,88	20
	Мясо духовое	280	60,41	18,48	17,25	31,8	356,37	46
	Компот из яблок и вишни	200	12,53	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
	<b>итого за обед</b>	<b>920</b>	<b>105,82</b>	<b>29,45</b>	<b>27,43</b>	<b>99,11</b>	<b>761,11</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1490</b>	<b>176,44</b>	<b>50,09</b>	<b>45,86</b>	<b>178,58</b>	<b>1327,42</b>	
	<i>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</i>				55,66	49,85	46,63	48,80