Утверждаю

Директор МКОУ "Красноключинская СОШ"
Пильчук И.Н.

Меню на _20.12.2024_

с 7-10 лет

Прием	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетич	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 1 *День 3*							
завтрак								
	Плов из отварной говядины	200	42,95	15,20	15,80	38,60	357,4	54-11м
	чай с сахаром	200	1,23	0,10	0,00	9,00	36,4	90
	Хлеб пшеничный	30	2,4	2,40	0,30	13,80	67,5	Г/П
	Фрукты свежие (яблоко)	100	15	0,40	0,40	9,80	44,4	338
	итого за завтрак	**530**	***61,58***	***18,1***	***16,5***	***71,2***	505,7	
обед	Винегрет овощной	0	0	0	0	0	0	13
	Суп гороховый	0	0	0	0	0	0	29
	Тефтеля п/ф, с маслом	0	0	0	0	0	0	50
	Сложный гарнир (капуста тушеная и картофельное пюре)	0	0	0	0	0	0	62
	Напиток брусничный	0	0	0	0	0	0	80
	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	**530**		**18,1**	**16,5**	**71,2**	**505,7**	
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			**23,51**	**20,89**	**21,25**	**21,52**	

с 11-18 лет

Прием	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 1 *День 3*							
завтрак	Плов из отварной говядины	250	49,55	19,00	19,75	47,50	443,75	54-11м
	чай с сахаром	200	1,23	0,10	0,00	9,00	36,4	90
	Хлеб пшеничный	40	2,8	3,2	0,4	18,4	90	Г/П
	Фрукты свежие (яблоко)	120	18	0,52	0,52	12,74	57,72	338
	итого за завтрак	**610**	***71,58***	***22,82***	***20,67***	***87,64***	***627,87***	
обед	Винегрет овощной	80	27,88	1,12	5,68	6,88	83,12	13
	Суп гороховый	250	7,12	8,3	5,75	20,35	166,35	29
	Тефтеля п/ф, с маслом	105	41,85	15,1	16,7	12,4	260,3	50
	Сложный гарнир (капуста тушеная и картофельное пюре)	200	23,74	4,13	6,67	21,87	164,03	62
	Напиток брусничный	200	11,38	0,17	0	11	44,68	80
	Хлеб пшеничный	40	2,8	3,2	0,4	18,4	90	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,8	2,66	0,48	21,2	99,76	90
	итого за обед	**915**	***117,57***	***34,68***	***35,68***	***112,1***	***908,24***	
	Всего за день	**1525**		**57,5**	**56,35**	**199,74**	**1536,11**	
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			**63,89**	**61,25**	**52,15**	**56,47**	