

Утверждаю

Директор МКОУ "Красноключинская СОШ"
Пильгук, И.И.



Меню на 21.02.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетик	N рецептур
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1								
<i>День 1</i>								
	Горячий бутерброд с сыром, маслом (батон)	44	12,17	4,69	8,80	13,14	150,52	7
	Каша вязкая (из рисовой крупы) , с маслом	200	13,49	8,55	6,80	42,35	264,8	168
	Кофейный напиток с молоком	200	12,47	3,10	3,00	14,30	96,6	951
	Фрукты свежие (яблоко)	100	21,45	0,4	0,4	9,8	44,4	338
	итого за завтрак	544	59,58	16,74	19	79,59	556,32	
<i>обед</i>	Салат из овощей с кукурузой	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	59,58	16,74	19	79,59	556,32	
	<i>Процент удовлетворения от суточной</i>			21,74	24,05	23,76	23,67	

с 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	цена	Пищевые вещества (г)			Энергетик	N рецептур
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1								
<i>День 1</i>								
<i>завтрак</i>	Горячий бутерброд с сыром, маслом (батон)	57	15,3	5,86	11,0	16,42	188,12	7
	Каша вязкая (из рисовой крупы) , с маслом	250	17,79	10,69	8,5	52,94	331,02	168
	Кофейный напиток с молоком	200	13,18	3,10	3,00	14,30	96,6	951
	Фрукты свежие (яблоко)	120	23,1	0,48	0,48	11,76	53,28	338
	итого за завтрак	627	69,37	20,13	22,98	95,42	669,02	
<i>обед</i>	Салат из овощей с кукурузой	100	35,31	2,3	7,3	14,5	133	8
	Суп из овощей с фрикадельками	250/30	22,15	10,8	5,4	17,4	161,25	54-5с
	Рыба, запеченная с картофелем	300	54,96	23,7	21,6	34,3	426,5	41
	Компот из яблок и вишни	200	7,18	0,2	0,1	10,2	42,5	66
	Хлеб пшеничный	40	2,8	3,2	0,4	18,4	90,0	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,8	2,66	0,48	21,2	99,6	90
	итого за обед	680	125,2	42,86	35,28	116	952,85	
	Всего за день	1307	194,57	62,99	58,26	211,42	1621,87	
	<i>Процент удовлетворения от суточной</i>			69,99	63,33	55,20	59,63	