Утверждаю _____

Директор МКОУ "Красноключинская СОШ"
Пильчук И.Н.

Меню на _03.04.2025__

с 7 - 10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 2 ***День 5***							
	Каша вязкая молочная пшеная, с маслом сливочным	200	18,32	8,5	8,78	37,5	263,02	176
	Бутерброд с повидлом, с маслом	45	12,38	3,77	7,12	21,43	164,88	2
	Фрукты свежие (яблоко)	100	18,00	0,4	0,4	9,8	44,4	338
	Какао с молоком	200	13,04	3,26	3,15	15,02	101,47	382
	итого за завтрак	**545**	**61,74**	**15,93**	**19,45**	**83,75**	**573,77**	
	салат из свеклы кураги и изюма	0	0	0	0	0	0	13
	Щи по-уральски (с крупой),с мясом, со сметаной	0	0	0	0	0	0	22
обед	рыба (минтай), запеченая с томатами	0	0	0	0	0	0	54-14з
	картофельное пюре, с маслом	0	0	0	0	0	0	22
	Напиток брусничный	0	0	0	0	0	0	43
	Хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	0	60
	Хлеб ржаной-пшеничный	0	0	0	0	0	0	80
	Хлеб ржаной-пшеничный	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	89
	Всего за день	**545**	**61,74**	**15,93**	**19,45**	**83,75**	**573,77**	90
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			**20,69**	**24,62**	**25,00**	**24,42**	

с 11 - 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 2 ***День 5***							
	Каша вязкая молочная пшеная, с маслом сливочным	230	19,56	10,63	10,1	43,13	305,94	176
	Бутерброд с повидлом, с маслом	50	14,32	4,61	8,7	26,19	201,5	2
	Фрукты свежие (яблоко)	100	21,00	0,44	0,44	10,78	48,84	338
	Какао с молоком	200	15,93	3,26	3,15	15,02	101,47	382
	итого за завтрак	**580**	**70,81**	**18,94**	**22,39**	**95,12**	**657,75**	
	салат из свеклы кураги и изюма	60	17,57	1,05	3,23	13,3	86,47	13
	Щи по-уральски (с крупой),с мясом, со сметаной	250	30,54	7,04	9,45	12,91	164,85	54-14з
обед	рыба (минтай), запеченая с томатами	100	37,16	13,9	11,2	1,8	163,6	22
	картофельное пюре, с маслом	150	17,22	3,11	6,8	24,76	172,68	43
	Напиток брусничный	200	12	0,17	0	11	44,68	60
	Хлеб пшеничный	40	2,8	3,2	0,4	18,4	112,5	80
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,8	2,66	0,48	21,2	74,7	89
	итого за обед	**840**	**120,09**	**31,13**	**31,56**	**103,37**	**819,48**	90
	Всего за день	**1420**	**190,9**	**50,07**	**53,95**	**198,49**	**1477,23**	
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			**55,63**	**58,64**	**51,83**	**54,31**	