

Утверждено

Директор МКОУ "Красноключинская ООШ"  
Пильчук И.И.



Меню на 03.12.2024

с 7 - 10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры	
			стоимость	Белки	Жиры			Углеводы
	<b>Неделя 2</b>							
	<b>День 10</b>							
завтрак	каша гречневая с маслом сливочным, котлетой куриной	200	45,21	15,24	17,77	34,19	357,65	294/302
	Чай с лимоном, с сахаром	212	2,79	0,2	0,01	9,9	40,49	377
	Фрукты свежие (яблоко)	100	15	0,4	0,4	9,8	44,4	338
	хлеб пшеничный	30	2,4	2,4	0,3	13,8	67,5	Г/П
	<b>итого за завтрак</b>	<b>542</b>	<b>65,4</b>	<b>18,24</b>	<b>18,48</b>	<b>67,69</b>	<b>510,04</b>	
обед	салат из сырых овощей	0	0	0	0	0	0	6
	суп крестьянский с крупой (рис)	0	0	0	0	0	0	25
	сердце в соусе	0	0	0	0	0	0	48
	картофельное пюре, с маслом	0	0	0	0	0	0	60
	кисель из черной смородины	0	0	0	0	0	0	69
	пшеничный	0	0	0	0	0	0	89
	ржано-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>0</b>	<b>65,4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>		<b>84,94</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	

с 11 - 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры	
			стоимость	Белки	Жиры			Углеводы
	<b>Неделя 2</b>							
	<b>День 10</b>							
завтрак	каша гречневая с маслом сливочным, котлетой куриной	250	50,73	19,5	22,21	42,74	448,85	294/302
	чай с лимоном, с сахаром	216	3,54	0,2	0,01	9,9	40,49	377
	Фрукты свежие (яблоко)	120	18	0,52	0,52	12,74	57,72	338
	хлеб пшеничный	40	3,2	3,2	0,4	18,4	90	Г/П
	<b>итого за завтрак</b>	<b>626</b>	<b>75,47</b>	<b>23,42</b>	<b>23,14</b>	<b>83,78</b>	<b>637,06</b>	
обед	салат из сырых овощей	100	21,67	1,1	6,2	5,7	83	6
	суп крестьянский с крупой (рис)	250	7,44	5,12	5,78	10,76	115,54	25
	сердце в соусе	120	43,49	12,43	7,92	5,29	142,16	48
	картофельное пюре, с маслом	200	10,44	3,45	4,28	27	160,32	60
	кисель из черной смородины	200	14,53	0,96	0,06	10	44,38	69
	хлеб пшеничный	40	3,2	3,2	0,4	18,4	90	89
	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	2	0,36	15,87	74,72	90
	<b>итого за обед</b>	<b>950</b>	<b>103,97</b>	<b>28,26</b>	<b>25</b>	<b>93,02</b>	<b>710,12</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1576</b>	<b>179,44</b>	<b>51,68</b>	<b>48,14</b>	<b>176,8</b>	<b>1347,18</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной</b>			<b>57,42</b>	<b>52,33</b>	<b>46,16</b>	<b>49,53</b>	