Утверждаю_____

Директор МКОУ "Красноключинская СОШ"
Пильчук И.Н.

Меню на _04.12.2024_

с 7-10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетич	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 1 *День 1*							
	Горячий бутердроб с сыром, маслом	44	16,17	4,69	8,80	13,14	150,52	7
	Каша вязкая (из рисовой крупы) , с маслом	200	14,33	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	18,00	0,4	0,4	9,8	44,4	338
	итого за завтрак	**544**	***60,97***	***16,74***	***19***	***79,59***	556,32	
обед	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**	**60,97**	**16,74**	**19**	**79,59**	**556,32**	
	Процент удовлетворения от суточной			**21,74**	**24,05**	**23,76**	**23,67**	

МЕНЮ 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	цена	Пищевые вещества (г)			Энергетич	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 1 *День 1*							
завтрак	Горячий бутердроб с сыром, маслом	57	18,34	5,86	11,0	16,42	188,12	7
	Каша вязкая (из рисовой крупы) , с маслом	250	16,95	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	22,5	0,48	0,48	11,76	53,28	338
	итого за завтрак	**627**	***70,97***	***20,13***	***22,98***	***95,42***	***669,02***	
обед	Салат из овощей с кукурузой	100	35,31	2,3	7,3	14,5	132,9	8
	Суп из овощей с фрикадельками	250/30	22,15	10,8	5,4	17,4	161,4	54-5с
	Рыба, запеченная с картофелем	300	35,53	23,7	21,6	34,3	426,4	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	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,8	2,66	0,48	21,2	99,76	90
	итого за обед	**680**	***105,77***	***42,86***	***35,28***	***116***	***952,96***	
	Всего за день	**1307**	**176,74**	**62,99**	**58,26**	**211,42**	**1621,98**	
	Процент удовлетворения от суточной			**69,99**	**63,33**	**55,20**	**59,63**	