

Утверждаю

Директор МКОУ "Красноключинская СОШ"

Пильчук И.Н.



Меню на 05.09.2024

с 7-10 лет

Прием	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя I								
День 3								
завтрак								36
	Омлет с морковью, маслом	155	28,8	11,1	15	5,2	200,2	382
	Какао с молоком	200	10,53	4,6	4,4	12,5	108	Г/П
	Хлеб в ассортименте	50	4	3,73	0,54	24,38	117,3	г/п
	Фрукты свежие (яблоко)	100	16,5	0,4	0,4	9,8	44,4	338
итого за завтрак		505	59,83	19,83	20,34	51,88	469,9	
обед	Винегрет овощной	0	0	0	0	0	0	13
	Суп гороховый	0	0	0	0	0	0	29
	Тефтели 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		505		19,83	20,34	51,88	469,9	
Процент удовлетворения от суточной потребности, %					25,75	25,75	15,49	20,00

с 11-18 лет

Прием	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя I								
День 3								
завтрак	Омлет с морковью, маслом	205	36,45	11,1	15	5,2	200,2	36
	Какао с молоком	200	11,12	4,6	4,4	12,5	108	382
	Хлеб пшеничный	40	2,8	3,2	0,4	18,4	90	Г/П
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,8	2	0,36	15,87	74,72	Г/П
	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,5	0,52	0,52	12,74	57,72	338
итого за завтрак		605	69,67	21,42	20,68	64,71	530,64	
обед	Винегрет овощной	0	0	0	0	0	0	13
	Суп гороховый	0	0	0	0	0	0	29
	Тефтели 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		605		21,42	20,68	64,71	530,64	
Процент удовлетворения от суточной потребности, %					23,80	22,48	16,90	19,51