

Утверждаю

Директор МКОУ "Красноключинская СОШ"  
Пильчук И.Н.

Меню на 07.05.2025

с 7 - 10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>								
<i>День 7</i>								
завтрак	Горячий бутерброд с сыром, маслом	43	16,54	4,48	8,4	12,54	143,68	7
	Вареники П/Ф, с маслом	155	27,45	10,68	9	36	267,72	218
	Чай с лимоном, с сахаром	212	3,05	0,2	0,01	9,9	40,49	377
	Фрукты свежие (яблоко)	100	16,5	0,4	0,4	9,8	44,4	338
<b>итого за завтрак</b>		<b>510</b>	<b>63,54</b>	<b>15,76</b>	<b>17,81</b>	<b>68,24</b>	<b>496,29</b>	
обед	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	0	0	0	0	0	0	8
	Суп из овощей с фрикадельками	0	0	0	0	0	0	54-5с
	Поджарка из рыбы (минтай) с луком	0	0	0	0	0	0	40
	Рис отварной с овощами	0	0	0	0	0	0	57
	Кисель из черной смородины	0	0	0	0	0	0	69
	Хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	0	89
	Хлеб ржаной-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>510</b>	<b>63,54</b>	<b>15,76</b>	<b>17,81</b>	<b>68,24</b>	<b>496,29</b>	
<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>								
				<b>20,47</b>	<b>22,54</b>	<b>20,37</b>	<b>21,12</b>	

с 11 - 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>								
<i>День 7</i>								
завтрак	Горячий бутерброд с сыром, маслом	55	17,29	5,86	11,0	16,42	188,12	7
	Вареники П/Ф, с маслом	205	31,43	14,13	11,9	47,61	354,06	218
	Чай с лимоном, с сахаром	216	3,57	0,2	0,01	9,9	40,49	377
	Фрукты свежие (яблоко)	120	22,5	0,56	0,56	13,72	62,16	338
<b>итого за завтрак</b>		<b>596</b>	<b>74,79</b>	<b>20,75</b>	<b>23,47</b>	<b>87,65</b>	<b>644,83</b>	
обед	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	60	7,5	1,1	8,1	4,8	96,5	54-9з
	Суп из овощей с фрикадельками	250	22,15	2,7	5,4	11,8	106,6	54-5с
	Поджарка из рыбы (минтай) с луком	160	53,96	14,69	9,81	5,2	167,85	40
	Рис отварной с овощами	100	16,15	3,6	3,9	47,9	241,1	57
	Кисель из черной смородины	200	10,93	0,96	0,06	10	44,38	69
	Хлеб пшеничный	40	2,8	3,2	0,4	18,4	90	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,8	2,67	0,48	21,2	99,8	90
<b>итого за обед</b>		<b>840</b>	<b>116,29</b>	<b>28,92</b>	<b>28,15</b>	<b>119,3</b>	<b>846,23</b>	
<b>Всего за день</b>		<b>1436</b>	<b>191,08</b>	<b>49,67</b>	<b>51,62</b>	<b>206,95</b>	<b>1491,06</b>	
<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>								
				<b>55,19</b>	<b>56,11</b>	<b>54,03</b>	<b>54,82</b>	