Утверждаю

Директор МКОУ "Краснокючинская СОШ"
Пильчук И.П.

10.09.2024г

с 7 - 10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 2 *День 6*							
	Гефтеля п/ф. с маслом	90	35,51	11,78	12,91	14,9	222,91	286
	Макароны отварные	100	5,58	3,4	2,9	20	119,7	203
	Чай с сахаром	200	1,23	0,1	0	9	36,4	376
	Хлеб пшеничный	30	2,1	2,4	0,3	13,8	67,5	Г/П
	Фрукты свежие (яблоко)	100	16,5	0,4	0,4	9,8	44,4	338
	итого за завтрак	**520**	**60,92**	**18,08**	**16,51**	**67,5**	**490,91**	
	Салат из свеклы с яблоками	80	14,62	0,88	4,96	4,56	66,66	6
	Свекольник со сметаной	205	10,69	3,1	3,5	8,4	77,5	20
обед	Мясо духовое	250	54,32	16,5	15,4	28,4	318	46
	Компот из яблок и вишни	200	5,87	0,2	0,1	10,2	42,5	66
	Хлеб пшеничный	30	2,1	2,4	0,3	13,8	67,5	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,1	2	0,36	15,9	74,7	90
	итого за обед	***795***	***89,7***	***25,08***	***24,62***	***81,26***	***646,86***	
	Всего за день	**1315**	**150,62**	**43,16**	**41,13**	**148,76**	**1137,77**	
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			**56,05**	**52,06**	**44,41**	**48,42**	

с 11 - 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 2 *День 6*							
	Гефтеля п/ф. с маслом	90	35,51	11,78	12,91	14,9	222,91	286
	Макароны отварные	200	7,26	6,8	5,8	40	239,4	203
	Чай с сахаром	200	1,23	0,1	0	9	36,4	376
	Хлеб пшеничный	40	2,8	3,2	0,4	18,4	90	Г/П
	Фрукты свежие (яблоко)	120	23,1	0,56	0,56	13,72	62,16	338
	итого за завтрак	**650**	**69,9**	**22,44**	**19,67**	**96,02**	**650,87**	
	Салат из свеклы с яблоками	100	19,14	1,1	5,2	7,1	79,5	6
	Свекольник со сметаной	260	12,29	3,81	4	10,41	93,0	20
обед	Мясо духовое	280	60,41	18,48	17,25	31,8	356,4	46
	Компот из яблок и вишни	200	5,87	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	99,6	90
	итого за обед	***920***	***103,31***	***29,45***	***27,43***	***99,11***	***761***	
	Всего за день	**1570**	**173,21**	**51,89**	**47,1**	**195,13**	**1411,87**	
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			**57,66**	**51,20**	**50,95**	**51,91**	