

Утверждаю

Директор МКОУ "Красноключинская СОШ"
Пильчук И.Н.



Меню на 14.02.2025

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								
обед	Тефтели п/ф в томатно-сметанном соусе	150	38,6	11,78	10,1	16,9	205,62	286
	Макароны отварные	100	9,56	3,53	3,02	21,8	128,5	54-1г
	Чай с сахаром	200	1,23	0,1	0	9	36,4	376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	2,4	0,3	13,8	67,5	89
	Салат из капусты	60	14,28	1,5	6,08	6,3	85,92	54-7з
	итого за завтрак	540	66,07	19,31	19,5	67,8	523,94	
	Салат из свеклы с яблоками	0	0	0	0	0	0	6
	Свекольник со сметаной	0	0	0	0	0	0	20
	Мясо духовое	0	0	0	0	0	0	46
	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	540	66,07	19,31	19,5	67,8	523,94	
Процент удовлетворения от суточной потребности, %				25,08	24,68	20,24	22,30	

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								
обед	Тефтели п/ф в томатно-сметанном соусе	150	45,3	11,78	10,1	16,9	205,62	286
	Макароны отварные	120	11,23	4,24	4,4	26,16	161,2	54-1г
	Чай с сахаром	200	1,23	0,1	0	9	36,4	376
	Хлеб пшеничный	40	3,2	3,2	0,4	18,4	90	89
	Салат из капусты	80	15,43	2	8,1	8,4	114,5	54-7з
	итого за завтрак	590	76,39	21,32	23	78,86	607,72	
	Салат из свеклы с яблоками	100	14,19	1,1	5,2	9,1	87,6	29
	Свекольник со сметаной	260	14,29	3,81	4	12,41	100,88	20
	Мясо духовое	280	60,41	18,48	17,25	33,8	364,37	46
	Компот из яблок и вишни	200	12,53	0,2	0,1	10,2	42,5	66
	Хлеб пшеничный	40	3,2	3,2	0,4	18,4	90	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,2	2,66	0,48	21,2	99,76	90
	итого за обед	920	107,82	29,45	27,43	105,11	785,11	
	Всего за день	1510	184,21	50,77	50,43	183,97	1392,83	
Процент удовлетворения от суточной потребности, %				56,41	54,82	48,03	51,21	