Утверждаю

Директор МКОУ "Красноключинская СОШ"
Пильчук И.Н.

Меню на _14.04.2025_

с 7-10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 1							
	День 2							
завтрак	Макроны отварные с маслом сливочным, гуляш	200	50,24	13,28	11,80	29,64	277,88	54-1г/54-2м
	Чай с лимоном, с сахаром	212	2,84	0,2	0,01	9,9	40,49	377
	Хлеб пшеничный	30	2,4	2,4	0,4	18,4	86,8	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,4	2	0,36	15,9	74,84	90
	Салат из моркови и яблок	80	5,26	0,53	5,55	4,35	69,47	54-11з
	итого за завтрак	**552**	***63,14***	***18,41***	***18,12***	***78,19***	549,48	
обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	0	0	0	0	0	0	45
	Борщ с капустой (свежей) и картофелем, со сметаной	0	0	0	0	0	0	19
	Жаркое по домашнему	0	0	0	0	0	0	54-9м
	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
	итого за обед	**0**	***0***	***0***	***0***	***0***	***0***	
	Всего за день	**552**	**63,14**	**18,41**	**18,12**	**78,19**	**549,48**	
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			**23,91**	**22,94**	**23,34**	**23,38**	

от 11-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 1							
	День 2							
завтрак	Макроны отварные с маслом сливочным, гуляш	230	59,27	16,60	14,75	37,01	347,19	54-1г/54-2м
	Чай с лимоном, с сахаром	212	3,3	0,2	0,01	9,9	40,49	377
	Хлеб пшеничный	40	2,8	3,2	0,4	18,4	90	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,8	2,66	0,4	21,2	99,04	90
	Салат из моркови и яблок	80	5,68	0,70	7,40	5,80	92,6	54-11з
	итого за завтрак	**602**	**73,85**	**23,36**	**22,96**	**92,31**	**669,32**	
обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	80	6,54	1,4	4,6	10,33	88,32	45
	Борщ с капустой (свежей) и картофелем, со сметаной	260	13,99	1,7	5,4	10,6	97,8	19
	Жаркое по домашнему	250	80,36	21,54	20,8	21,5	359,36	54-9м
	Кисель из черной смородины	200	11,9	0,96	0,06	10	44,38	69
	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	**870**	***118,39***	***31,46***	***31,74***	***92,03***	***779,62***	
	Всего за день	**1472**	**192,24**	**54,82**	**54,7**	**184,34**	**1448,94**	
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			**60,91**	**59,46**	**48,13**	**53,27**	