

Утверждаю _____

Директор МКОУ "Красноключинская ООШ"
Пильчук И.Н.

Меню на 16.09.2024

с 7 - 10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры	
			стоимость	Белки	Жиры			Углеводы
	Неделя 2 День 10							
завтрак	каша гречневая с котлетой куриной, с маслом сливочным	200	42,21	15,24	17,77	34,19	357,65	294/302
	Чай с лимоном, с сахаром	212	2,79	0,2	0,01	9,9	40,49	377
	Фрукты свежие (яблоко)	100	16,5	0,4	0,4	9,8	44,4	338
	хлеб пшеничный	30	2,4	2,4	0,3	13,8	67,5	Г/П
итого за завтрак		542	63,9	18,24	18,48	67,69	510,04	
обед	салат из сырых овощей	0	0	0	0	0	0	6
	суп крестьянский с крупой (рис)	0	0	0	0	0	0	25
	сердце в соусе	0	0	0	0	0	0	48
	картофельное пюре, с маслом	0	0	0	0	0	0	60
	кисель из черной смородины	0	0	0	0	0	0	69
	пшеничный	0	0	0	0	0	0	89
	ржано-пшеничный	0	0	0	0	0	0	90
итого за обед		0	0	0	0	0	0	
Всего за день		0	63,9	0	0	0	0	
Процент удовлетворения от суточной потребности, %			82,99	0,00	0,00	0,00	0,00	

с 11 - 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры	
			стоимость	Белки	Жиры			Углеводы
	Неделя 2 День 10							
завтрак	каша гречневая с котлетой куриной, с маслом сливочным	250	47,73	19,5	22,21	42,74	448,85	294/302
	чай с лимоном, с сахаром	216	3,54	0,2	0,01	9,9	40,49	377
	Фрукты свежие (яблоко)	120	19,8	0,52	0,52	12,74	57,72	338
	хлеб пшеничный	40	3,2	3,2	0,4	18,4	90	Г/П
итого за завтрак		626	74,27	23,42	23,14	83,78	637,06	
обед	салат из сырых овощей	100	22,56	1,1	6,2	5,7	83,3	6
	суп крестьянский с крупой (рис)	250	5,44	5,12	5,78	10,76	115,68	25
	сердце в соусе	120	43,49	12,43	7,92	5,29	142,2	48
	картофельное пюре, с маслом	200	8,44	3,45	4,28	27	160,5	60
	кисель из черной смородины	200	12,53	0,96	0,06	10	44	69
	хлеб пшеничный	40	3,2	3,2	0,4	18,4	67,5	89
	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	2	0,36	15,87	74,7	90
итого за обед		950	98,86	28,26	25	93,02	687,88	
Всего за день		1576	173,13	51,68	48,14	176,8	1324,94	
Процент удовлетворения от суточной				57,42	52,33	46,16	48,71	