

Утверждено

Директор МКОУ "Красноключинская СОШ"

Пильчук И.Н.



Меню на 17.01.2025

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>								
<b>День 6</b>								
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	5,32	1,5	6,08	6,3	85,92	54-7з
	<b>итого за завтрак</b>	<b>540</b>	<b>57,11</b>	<b>19,31</b>	<b>19,5</b>	<b>67,8</b>	<b>523,94</b>	
	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
	<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>540</b>	<b>57,11</b>	<b>19,31</b>	<b>19,5</b>	<b>67,8</b>	<b>523,94</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>				<b>25,08</b>	<b>24,68</b>	<b>20,24</b>	<b>22,30</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>								
<b>День 6</b>								
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	6,47	2	8,1	8,4	111,5	54-7з
	<b>итого за завтрак</b>	<b>590</b>	<b>67,43</b>	<b>21,32</b>	<b>23</b>	<b>78,86</b>	<b>607,72</b>	
	Салат из свеклы с яблоками	100	14,19	1,1	5,2	9,1	87,6	29
	Свекольник со сметаной	260	12,29	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
	<b>итого за обед</b>	<b>920</b>	<b>105,82</b>	<b>29,45</b>	<b>27,43</b>	<b>105,11</b>	<b>785,11</b>	
	<b>Всего за день</b>	<b>1510</b>	<b>173,25</b>	<b>50,77</b>	<b>50,43</b>	<b>183,97</b>	<b>1392,83</b>	
	<b>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</b>				<b>56,41</b>	<b>54,82</b>	<b>48,03</b>	<b>51,21</b>