

Утверждаю

Директор МКОУ "Красноключинская ООШ"

Пильчук И.Н.



Меню на 20.03.2025

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 п/ф, соус красный	200	52,53	15,8	10,32	43,92	331,76	54-4г/54-3соус
	чай с лимоном, с сахаром	212	2,79	0,2	0,01	9,9	40,49	32
	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	80	6,33	1,1	8,1	4,8	96,5	54-9з
	хлеб пшеничный	30	2,4	2,4	0,3	13,8	67,5	89
итого за завтрак		522	64,05	19,5	18,73	72,42	536,25	
обед	салат из моркови с черносливом	0	0	0	0	0	0	6
	суп картофельный с макаронными	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
	хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	0	89
	хлеб ржано-пшеничный	0	0	0	0	0	0	90
итого за обед		0	0	0	0	0	0	
Всего за день		0	64,05	0	0	0	0	
Процент удовлетворения от суточной потребности, %			83,18	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 п/ф, соус красный	250	58,75	18,6	12,9	54,9	410,1	54-4г/54-3соус
	чай с лимоном, с сахаром	216	3,54	0,2	0,01	9,9	40,49	32
	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	80	9,64	1,1	8,1	4,8	96,5	54-9з
	хлеб пшеничный	40	3,2	2,4	0,3	13,8	67,5	89
итого за завтрак		586	75,13	22,3	21,31	83,4	614,59	
обед	салат из моркови с черносливом	80	9,84	1,3	0,2	17,2	75,8	54-17з
	суп картофельный с макаронными	250	7,44	6,45	13,9	23,13	243,42	21
	Сердце в соусе	100	58,36	12,43	7,92	5,29	142,16	54
	картофельное пюре, с маслом	200	17,55	3,45	4,28	27	160,32	55
	кисель из черной смородины	200	14,63	0,96	0,06	10	44,38	80
	хлеб пшеничный	40	3,2	3,2	0,4	18,4	90	89
	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	2,66	0,48	21,2	99,76	90
итого за обед		910	114,22	30,45	27,24	122,22	855,84	
Всего за день		1496	189,35	52,75	48,55	205,62	1470,43	
Процент удовлетворения от суточной				58,62	52,77	53,69	54,06	