

Утверждаю И/г

Директор МКОУ "Красноключинская СОШ"
Пильчук И.Н.

Меню на 21.05.2025

с 7 - 10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 2							
	День 5							
обед	Каша вязкая молочная пшениая, с маслом сливочным	200	18,32	8,5	8,78	37,5	263,02	176
	Бутерброд с повидлом, с маслом	45	12,38	3,77	7,12	21,43	164,88	2
	Фрукты свежие (яблоко)	100	18,00	0,4	0,4	9,8	44,4	338
	Какао с молоком	200	13,04	3,26	3,15	15,02	101,47	382
	итого за завтрак	545	61,74	15,93	19,45	83,75	573,77	
	салат из свеклы кураги и изюма	0	0	0	0	0	0	13
								22
	Щи по-уральски (с крупой),с мясом, со сметаной	0	0	0	0	0	0	
	рыба (минтай), запеченая с томатами	0	0	0	0	0	0	54-14з
	картофельное пюре, с маслом	0	0	0	0	0	0	22
	Напиток брусничный	0	0	0	0	0	0	43
	Хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	0	60
	Хлеб ржаной-пшеничный	0	0	0	0	0	0	80
	Хлеб ржаной-пшеничный	0	0	0	0	0	0	89
	Всего за день	545	61,74	15,93	19,45	83,75	573,77	90
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			20,69	24,62	25,00	24,42	

с 11 - 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 2							
	День 5							
обед	Каша вязкая молочная пшениая, с маслом сливочным	230	19,56	10,63	10,1	43,13	305,94	176
	Бутерброд с повидлом, с маслом	50	14,32	4,61	8,7	26,19	201,5	2
	Фрукты свежие (яблоко)	100	21,00	0,44	0,44	10,78	48,84	338
	Какао с молоком	200	15,93	3,26	3,15	15,02	101,47	382
	итого за завтрак	580	70,81	18,94	22,39	95,12	657,75	
	салат из свеклы кураги и изюма	60	17,57	1,05	3,23	13,3	86,47	13
								54-14з
	ПЦи по-уральски (с крупой),с мясом, со сметаной	250	30,54	7,04	9,45	12,91	164,85	
	рыба (минтай), запеченая с томатами	100	37,16	13,9	11,2	1,8	163,6	22
	картофельное пюре, с маслом	150	17,22	3,11	6,8	24,76	172,68	43
	Напиток брусничный	200	12	0,17	0	11	44,68	60
	Хлеб пшеничный	40	2,8	3,2	0,4	18,4	112,5	80
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,8	2,66	0,48	21,2	74,7	89
	итого за обед	840	120,09	31,13	31,56	103,37	819,48	90
Всего за день	1420	190,9	50,07	53,95	198,49	1477,23		
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			55,63	58,64	51,83	54,31	