Утверждаю

Директор МКОУ "Краснокючинская СОШ"
Пильчук И.Н.

Меню на _25.12.2024__

с 7 - 10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 2 *День 6*							
	Макароны отварные с маслом ,тефтнля п/ф	190	47,12	15,18	15,81	34,70	341,81	203
	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	Г/П
	Фрукты свежие (яблоко)	100	15	0,4	0,4	9,8	44,4	338
	итого за завтрак	**520**	**65,75**	**18,08**	**16,51**	**67,3**	**490,11**	
	Салат из свеклы с яблоками	0	0	0	0	0	0	6
	Свекольник со сметаной	0	0	0	0	0	0	20
обед	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
	итого за обед	***0***	***0***	***0***	***0***	***0***	***0***	
	Всего за день	**520**	**65,75**	**18,08**	**16,51**	**67,3**	**490,11**	
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			**23,48**	**20,90**	**20,09**	**20,86**	

с 11 - 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 2 *День 6*							
	Макароны отварные с маслом ,тефтнля п/ф	210	53,14	16,78	17,47	38,35	377,75	203
	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	Г/П
	Фрукты свежие (яблоко)	120	18	0,56	0,56	13,72	62,16	338
	итого за завтрак	**570**	**75,57**	**20,64**	**18,43**	**79,47**	**566,31**	
	Салат из свеклы с яблоками	100	14,19	1,1	5,2	7,1	79,6	6
	Свекольник со сметаной	260	12,29	3,81	4	10,41	92,88	20
обед	Мясо духовое	280	60,41	18,48	17,25	31,8	356,37	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
	итого за обед	***920***	***105,82***	***29,45***	***27,43***	***99,11***	***761,11***	
	Всего за день	**1490**	**181,39**	**50,09**	**45,86**	**178,58**	**1327,42**	
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			**55,66**	**49,85**	**46,63**	**48,80**	