

Утверждаю

Директор МКОУ "Красноключинская СОШ"
Пильчук И.Н.

Месяц на 26.11.2024

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 6								
обед	Каша вязкая молочная пшениая, с маслом сливочным	200	12,58	8,5	8,78	37,5	263,02	168
	Бутерброд с повидлом, с маслом	45	9,12	3,77	7,12	21,43	164,88	2
	Фрукты свежие (яблоко)	100	23,10	0,4	0,4	9,8	44,4	338
	Кофейный напиток с молоком	200	10,12	3,1	3	14,3	96,6	379
		0	0	0	0	0	0	Г/П
	итого за завтрак	545	54,92	15,77	19,3	83,03	568,9	
	салат из свежих огурцов	0	0	0	0	0	0	13
								22
	Щи по-уральски (с крупой),с мясом, со сметаной	0	0	0	0	0	0	
	рыбе (минтай), запеченная с томатами	0	0	0	0	0	0	43
	картофельное пюре, с маслом	0	0	0	0	0	0	60
	Напиток брусничный	0	0	0	0	0	0	80
	Хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	0	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	0	0	0	0	0	0	90
	итого за завтрак	0	0	0	0	0	0	
	Всего за день	545	54,92	15,77	19,3	83,03	568,9	
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %				20,48	24,43	24,79	24,21

с 11 - 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	стоимость	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская	N рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 2							
	День 6							
обед	Каша вязкая молочная пшеница, с маслом сливочным	250	12,58	10,63	10,98	46,88	328,86	168
	Бутерброд с повидлом, с маслом	55	12,3	4,61	8,7	26,19	201,5	2
	Фрукты свежие (яблоко)	100	24,75	0,4	0,4	9,8	44,4	338
	Кофейный напиток с молоком	200	11,5	3,1	3	14,3	96,6	379
	итого за завтрак	605	61,13	18,74	23,08	97,17	671,36	
	салат из свежих огурцов	100	26,74	0,76	6,09	2,38	67,37	13
								22
	Щи по-уральски (с крупой),с мясом, со сметаной	285	22,49	8,82	10,58	10,91	174,14	
	рыба (минтай), запеченная с томатами	120	34,16	14,9	11,2	1,8	167,6	43
	картофельное пюре, с маслом	200	6	4,15	6,8	24,76	176,84	60
	Напиток брусничный	210	12	0,17		11	45	80
	Хлеб пшеничный	40	2,8	3,2	0,4	18,4	112,5	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,8	2,66	0,48	21,2	74,7	90
	итого за обед	995	106,99	34,66	35,55	90,45	818,15	
Всего за день	1600	168,12	53,4	58,63	187,62	1489,51		
	Процент удовлетворения от суточной потребности, %			59,33	63,73	48,99	54,76	