

Утверждаю

Директор МКОУ "Красноключинская ООШ"

Пильчук И.Н.



Меню на 27.09.2024г

с 7 - 10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)				Энергетиче	N рецептуры
			стоимость	Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 2 День 9							
завтрак	Бутерброд с повидлом, с маслом	45	9,41	8,59	4,99	21,92	166,95	2
	Каша вязкая молоч овсяная с клочковой, с маслом сливочным	155	20,94	6,2	8,1	24,8	196,9	54-12к
	Кофейный напиток с молоком	200	8,6	3,1	3	14,3	96,6	379
	Фрукты свежие (яблоко)	100	19,8	0,40	0,4	9,80	44,4	338
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	1,33	0,24	10,6	49,88	Г/П
<i>итого за завтрак</i>		520	60,15	19,62	16,73	81,42	554,73	
	Салат витаминный (капуста белокочанная, лук зеленый, перец сладкий, горошек консервированный)	0	0	0	0	0	0	11
	Борщ с капустой (свежей) и картофелем, со сметаной	0	0	0	0	0	0	19
	Запеканка картофельная с говядиной	0	0	0	0	0	0	54-13м
	Компот из свежих яблок	0	0	0	0	0	0	67
	Хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	0	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	0	0	0	0	0	0	90
<i>итого за обед</i>		0	0	0	0	0	0	
Всего за день		520	60,15	19,62	16,73	81,42	554,73	
<i>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</i>				25,48	21,18	24,30	23,61	

с 11 - 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)				Энергетиче	N рецептуры
			стоимость	Белки	Жиры	Углеводы		
	Неделя 2 День 9							
завтрак	Бутерброд с повидлом, с маслом	55	11,47	13,6	10,6	26,79	164,2	2
	Каша вязкая молоч овсяная с клочковой, с маслом сливочным	205	25,49	8,2	9,6	33,1	251,6	54-12к
	Кофейный напиток с молоком	210	9,55	3,26	3,15	15,02	100	379
	Фрукты свежие (яблоко)	140	22,28	0,56	0,56	21,0	65,8	338
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	2	0,36	15,87	74,7	Г/П
<i>итого за завтрак</i>		640	70,89	27,62	24,27	111,78	656,3	
	Салат витаминный (капуста белокочанная, лук зеленый, перец сладкий, горошек консервированный)	0	0	0	0	0	0	11
	Борщ с капустой (свежей) и картофелем, со сметаной	0	0	0	0	0	0	19
	Запеканка картофельная с говядиной	0	0	0	0	0	0	54-13м
	Компот из свежих яблок	0	0	0	0	0	0	67
	Хлеб пшеничный	0	0	0	0	0	0	89
	Хлеб ржаной-пшеничный	0	0	0	0	0	0	90
<i>итого за обед</i>		0	0	0	0	0	0	
Всего за день		640	70,89	27,62	24,27	111,78	656,3	
<i>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</i>				30,69	26,38	29,19	24,13	