

Утверждаю

Директор МКОУ "Красноключинская ООШ"
Пильчук И.Н.



Меню на 30.09.2024

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, с маслом сливочным | 200 | 42,21 | 15,24 | 17,77 | 34,19 | 357,65 | 294/302 |
| | Чай с лимоном, с сахаром | 212 | 2,79 | 0,2 | 0,01 | 9,9 | 40,49 | 377 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 16,5 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 | 338 |
| | хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 2,4 | 0,3 | 13,8 | 67,5 | Г/П |
| итого за завтрак | | 542 | 63,9 | 18,24 | 18,48 | 67,69 | 510,04 | |
| обед | салат из сырых овощей | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 |
| | суп крестьянский с крупой (рис) | 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 |
| | пшеничный | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 89 |
| | ржано-пшеничный | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 90 |
| итого за обед | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Всего за день | | 0 | 63,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Процент удовлетворения от суточной потребности, % | | | 82,99 | 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, с маслом сливочным | 250 | 47,73 | 19,5 | 22,21 | 42,74 | 448,85 | 294/302 |
| | Чай с лимоном, с сахаром | 216 | 3,54 | 0,2 | 0,01 | 9,9 | 40,49 | 377 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 120 | 19,8 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 57,72 | 338 |
| | хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 3,2 | 0,4 | 18,4 | 90 | Г/П |
| итого за завтрак | | 626 | 74,27 | 23,42 | 23,14 | 83,78 | 637,06 | |
| обед | салат из сырых овощей | 100 | 22,56 | 1,1 | 6,2 | 5,7 | 83,3 | 6 |
| | суп крестьянский с крупой (рис) | 250 | 5,44 | 5,12 | 5,78 | 10,76 | 115,68 | 25 |
| | сердце в соусе | 120 | 43,49 | 12,43 | 7,92 | 5,29 | 142,2 | 48 |
| | картофельное пюре, с маслом | 200 | 8,44 | 3,45 | 4,28 | 27 | 160,5 | 60 |
| | кисель из черной смородины | 200 | 12,53 | 0,96 | 0,06 | 10 | 44 | 69 |
| | хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 3,2 | 0,4 | 18,4 | 67,5 | 89 |
| | хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,2 | 2 | 0,36 | 15,87 | 74,7 | 90 |
| итого за обед | | 950 | 98,86 | 28,26 | 25 | 93,02 | 687,88 | |
| Всего за день | | 1576 | 173,13 | 51,68 | 48,14 | 176,8 | 1324,94 | |
| Процент удовлетворения от суточной | | | | 57,42 | 52,33 | 46,16 | 48,71 | |