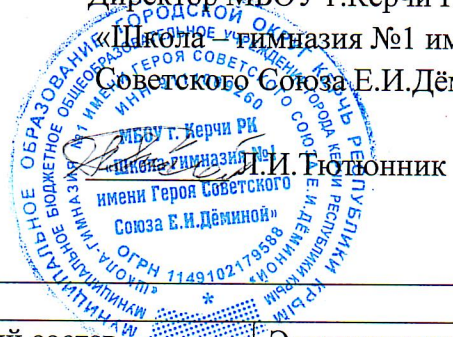


УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

«Школа-гимназия №1 имени Героя Советского Союза Е.И.Дёминой»



И.И. Тюнонник

Неделя:2 ДЕНЬ:1 (понедельник) 23.09.2024г.						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша манная жидкая	210	3.18	3.89	26.38	153.0	199
Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40.0	411
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	60	7.15	8.02	19.39	178.0	3
Итого за завтрак	450	10.39	11.93	55.76	371.0	
II завтрак						
Сок фруктовый (яблоко)	180	0.9	-	18.18	76.8	418
Итого за II завтрак	180	0.9	-	18.18	76.8	
Обед						
Салат из свежих помидоров с луком	60	0.65	3.7	2.08	44.22	14
Суп картофельный с бобовыми	200	4.39	4.22	13.06	107.8	87
Тефтели рыбные тушеные	80	9.65	2.64	6.2	98.23	277
Соус сметанный	30	0.42	1.5	1.76	22.23	372
Каша гречневая рассыпчатая	155	8.86	5.98	39.81	248.0	179
Компот из свежих плодов	180	0.14	0.14	21.49	87.84	390
Хлеб пшеничный	51	4.03	5.1	24.63	120.0	
Хлеб ржаной	30	1.98	3.6	10.02	52.20	
Итого за обед	786	30.12	26.88	119.05	780.52	
Полдник уплотненный						
Запеканка из творога со сгущ. молоком	100/20	19.91	13.44	21.48	285.8	251
Вафли	40	1.6	12.0	24.0	206.4	
Плоды свежие (яблоки)	100	0.4	0.4	1.80	44.0	386
Кофейный напиток с молоком	180	3.78	3.26	15.55	106.8	414
Хлеб ржаной	28	1.85	3.36	9.35	48.72	
Итого за полдник	468	27.54	32.46	72.18	691.72	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1884	68.95	71.27	265.17	1920.04	