

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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



Неделя:2 ДЕНЬ:5 (пятница) 27.09.2024г.						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша гречневая вязкая молочная с сахаром и сливочным маслом	210	6.21	5.28	32.79	203.0	182
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	178.00	3
Итого за завтрак	450	13.42	13.32	62.17	421.0	
II завтрак						
Сок фруктовый	180	0.9	-	18.18	76.8	418
Итого за II завтрак	180	0.9	-	18.18	76.8	
Обед						
Овощи по сезону (огурец)	52	0.52	0.06	1.40	8.11	-
Суп картофельный с крупой (рис)	200	1.52	2.19	11.66	72.6	86
Фрикадельки из филе птицы	68	12.20	0.99	5.85	80.75	325
Пюре картофельное	150	3.06	4.80	20.44	137.0	339
Компот из свежих плодов	180	0.14	0.14	21.49	87.84	390
Хлеб пшеничный	35	2.76	3.5	16.90	82.25	
Хлеб ржаной	30	1.98	3.6	10.02	52.20	
Итого за обед	715	22.18	15.28	87.76	520.75	
Полдник уплотненный						
Макаронны отварные с маслом	155	5.68	4.36	27.25	171.0	219
Вафли	40	1.6	12.0	24.0	206.4	
Яйцо отварное	40	5.08	4.6	0.28	63.0	227
Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40.0	411
Хлеб ржаной	24	1.58	2.88	8.02	41.76	
Итого за полдник	439	14.00	23.86	69.54	522.16	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1784	50.50	52.46	237.65	1540.71	