

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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



Л.И.Тютюнник

Неделя:2 ДЕНЬ:5 (пятница) 25.10.2024г.

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)	62	0.62	0.07	1.67	9.67	-
Суп картофельный с крупой (рис)	200	1.52	2.19	11.66	72.6	86
Оладьи из печени	80	9.78	11.66	16.41	210	284
Соус сметанный	50	0.70	2.50	2.93	37.05	372
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	55	4.34	5.5	26.56	129.25	
Хлеб ржаной	32	2.11	3.84	10.69	71.77	
Итого за обед	809	22.27	30.70	111.85	755.18	
Полдник уплотненный						
Макаронны отварные с маслом	155	5.68	4.36	27.25	171.0	219
Пряник	40	2.2	1.6	29.2	140.0	452
Плоды свежие	100	0.4	0.4	1.80	44.0	386
Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.0	416
Хлеб ржаной	32	1.41	2.56	7.12	37.12	
Итого за полдник	507	13.36	12.11	81.19	499.12	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1946	49.95	56.13	273.39	1752.10	