

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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

Л.И. Гютюнник



Неделя:2 ДЕНЬ:4 (четверг) 14.11.2024г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша молочная жидкая пшеничная	210	4,59	4,90	31,26	187,00	199
Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,00	3
Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00	412
Итого за завтрак	467	11,39	13,37	60,85	408,00	
II завтрак						
Сок фруктовый (яблоко)	180	0,90	-	18,18	76,00	418
Итого за II завтрак	180	0,90	0,00	18,18	76,00	
Обед						
Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,86	3,66	4,01	52,44	57
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,80	73
Птица. тушеная в соусе с овощами	230	12,32	3,02	20,88	160,00	324
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	331
Хлеб пшеничный	39	3,08	0,39	18,84	91,04	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	739	20,79	9,72	92,45	541,18	
Полдник уплотненный						
Запеканка из творога	109	19,12	13,13	18,69	269,23	251
Соус яблочный	30	0,03	0,027	5,11	20,79	380
Яблоки печеные с повидлом	76	0,30	0,29	27,78	114,76	403
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	27	1,78	0,32	9,02	46,98	
Итого за полдник	422	24,08	16,18	74,96	542,76	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1808	57,16	39,27	246,44	1567,94	