

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

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

Л.И. Тютюнник



Неделя:2 ДЕНЬ:5 (пятница) 15.11.2024г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Суп молочный с гречневой крупой	200	5,97	5,48	17,08	142,20	101
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1
Чай с лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	412
Итого за завтрак	437	8,54	13,05	41,90	319,20	
II завтрак						
Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85,0	419
Итого за II завтрак	150	4,58	4,08	7,58	85,0	
Обед						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Суп картофельный с пшеничной крупой	200	2,14	2,24	13,71	84,0	86
Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	80	8,98	5,81	5,78	111,00	324
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	339
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,91	82,6	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	735	20,04	16,18	95,66	615,75	
Полдник уплотненный						
Оладьи с повидлом	130	9,05	8,11	55,15	330,00	432
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	227
Пряники	40	2,2	1,6	29,2	140,0	403
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	
Итого за полдник	415	20,83	17,02	107,34	667,5	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1737	53,99	50,33	252,48	1687,45	