

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

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

Л.И. Тютюник



Неделя: 1 ДЕНЬ: 5 (пятница) 22.11.2024г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Суп молочный с пшеном	200	5,80	5,48	18,57	147,0	101
Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,00	3
Чай с лимоном	180/10/6	0,12	0,02	10,2	41,0	411
Итого за завтрак	456	12,6	13,95	48,16	368,0	
II завтрак						
Сок фруктовый	180	0,90	-	18,18	76,00	418
Итого за II завтрак	180	0,90	-	18,18	76,00	
Обед						
Винегрет овощной	60	0,82	3,71	5,06	56,88	46
Суп картофельный с клецками	200	1,68	2,69	9,71	6,8	91
Запеканка картофельная с печеню	165	10,18	6,25	27,33	206,00	308
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	39	3,40	4,3	20,77	101,05	
Хлеб ржаной	30	1,98	3,60	10,02	52,20	
Итого за обед	674	18,46	20,57	97,88	524,63	
Полдник уплотненный						
Макаронны отварные с маслом	155	5,68	4,36	27,25	171,0	219
Яблоки печеные	68	0,28	0,28	21,73	91,0	403
Пряники	46	2,53	1,84	33,58	161,0	
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00	419
Хлеб ржаной	27	1,78	3,24	9,02	46,98	
Итого за полдник	476	15,75	14,6	100,65	571,98	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1786	47,71	49,12	264,87	1540,61	