УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ г.Керчи РК
«Школа – гимназия №1 имени Героя
Советского Союза Е.И.Дёминой»
Л.И.Тютюнник

Неделя:2 ДЕНЬ:3 (среда) 11.12.2024г.						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Суп молочный с рисом	210	5,75	5,21	18,84	145,20	101
Бутерброд с повидлом	60	2,49	3,93	27,56	156,00	2
Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00	412
Итого за завтрак	**452**	**8,36**	**9,16**	**56,60**	**342,20**	
II завтрак						
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00	419
Итого за II завтрак	**180**	**5,48**	**4,88**	**9,07**	**102,00**	
Обед						
Икра морковная	60	1,32	2,76	6,53	56,22	21
Суп картофельный с пшеном	200	1,74	2,27	11,43	73,20	91
Биточки рубленые из птицы паровые	80	14,38	3,17	7,23	115,00	323
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	339
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	33	2,60	0,33	15,93	77,88	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	**763**	**25,64**	**15,33**	**94,83**	**621,82**	
Полдник уплотненный						
Огурцы солен. порционные	60	0,51	3,06	1,56	35,88	
Омлет с зеленым горошком	85	6,52	8,07	8,41	132,00	233
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	
Итого за полдник	**450**	**9,14**	**11,85**	**38,11**	**295,38**	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1845**	**48,62**	**41,22**	**198,61**	**1361,40**	