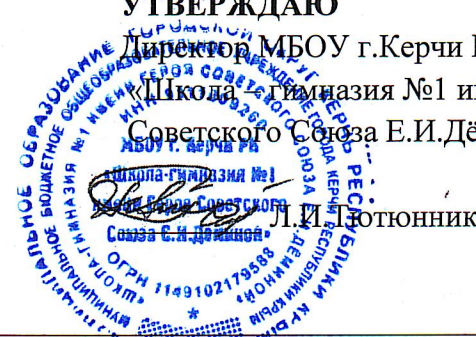


УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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



Л.И.Потонник

Неделя:1 ДЕНЬ:5 (пятница) 10.01.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Суп молочный гречневой крупой	200	5.97	5.48	17.08	142.2	101
Сыр порциями	15	2.32	2.95	-	36.0	7
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,40	
Итого за завтрак	445	11,51	8,85	46,39	312,60	
II завтрак						
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Итого за II завтрак	180	3,67	3,19	15,82	107,00	
Обед						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Суп картофельный с клецками	200	1,68	2,69	9,71	69,80	91
Котлеты рыбные паровые	80	13,53	3,35	7,00	112,0	273
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Каша вязкая пшеничная	155	4,00	4,24	24,55	152,40	331
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб пшеничный	42	3,32	0,42	20,29	99,12	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
Итого за обед	787	25,71	15,20	87,94	594,7	
Полдник уплотненный						
Салат из соленых огурцов	60	0,51	3,06	1,56	35,88	20
Макароны отварные с маслом	155	5.68	4.36	27.25	171.0	219
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб ржаной	33	2,18	0,4	11,02	57,42	
Итого за полдник	438	8,43	7,84	49,82	304,30	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1850	49,32	35,08	199,97	1318,0	