

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК
«Школа-гимназия №1 имени Героя
Советского Союза Е.И.Дёминой»



Д.И. Плоттонник

Неделя:2 ДЕНЬ:5 (пятница) 17.01.2025г.

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						
Сок фруктовый	180	0,90	-	18,18	76,00	418
Итого за II завтрак	180	0,90	0,00	18,18	76,00	
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
Птица, тушенная в соусе сметанном	80/80	19,61	5,41	4,70	146,0	318
Каша вязкая рисовая	155	2,32	3,96	24,08	141,0	182
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	45	3,55	0,45	21,73	106,2	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	830	30,46	15,18	100,26	664,24	
Полдник уплотненный						
Оладьи с маслом слив.	130/5	9,05	8,11	55,15	330,00	432
Печенье	30	1,80	3,60	15,90	102,00	
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб ржаной	24	1,58	0,29	8,02	41,76	
Итого за полдник	379	12,49	12,02	89,06	513,76	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1826	52,39	40,25	249,40	1573,20	