

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

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

Л.И.Тютюнник



Неделя:2 ДЕНЬ:1 (понедельник) 28.01.2025г.

Неделя:2 ДЕНЬ:1 (понедельник) 28.01.2025г.						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическа я ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Суп молочный с крупой манной	200	5,21	5,08	16,42	132,20	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	7,78	12,65	41,24	309,20	
II завтрак						
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Итого за II завтрак	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
Обед						
Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	34
Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	107,80	87
Плов из птицы	210	22,26	7,73	35,69	301,00	321
Кисель из повидла	180	0,08	-	20,03	80,46	401
Хлеб пшеничный	41	3,24	0,41	19,80	96,76	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	721	32,81	16,37	103,62	694,56	
Полдник уплотненный						
Блинчики со сгущенным молоком	100/20	2,64	3,71	40,47	221,00	430
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	227
Вафли	50	2,00	15,00	63,00	265,00	
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	21	1,39	0,25	7,01	36,54	
Итого за полдник	411	14,78	26,75	126,58	692,54	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1669	55,77	56,17	281,24	1740,30	