

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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



Л.И. Тютунник

Неделя:1 ДЕНЬ:4 (четверг) 06.02.2025г.

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
Бутерброд с повидлом	55	2.49	3.9	27.56	156.0	2
Чай с лимоном	180/10/7	0.12	0.02	10.2	41.0	411
Итого за завтрак	452	8.58	9.4	54.84	339.2	
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
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.4	3.9	6.78	67.8	73
Птица. тушенная в соусе с овощами	230	12,32	3,02	20,88	160,00	319
Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.02	24.99	101.7	394
Хлеб пшеничный	52	4,11	0,52	25,12	122,72	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	752	20,93	10,44	92,41	551,42	
Полдник уплотненный						
Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157,00	229
Яблоки, запеченные с творогом	114	5,61	3,26	21,94	136,80	408
Соус яблочный	30	0,03	0.027	5,11	20,79	380
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	29	1,32	0,24	6,68	34,80	
Итого за полдник	438	18,15	20,18	37,06	314,39	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1822	48,56	40,02	202,49	1281,01	