

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

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



Л.И.Тютюнник

Неделя:2 ДЕНЬ:3 (среда) 12.02.2025г.

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	0,14	0,14	21,49	87,84	
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	60	10,78	2,38	5,42	86,25	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 сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	331
Хлеб пшеничный	33	2,61	0,33	15,94	77,88	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	743	22,31	14,42	96,53	606,93	
Полдник уплотненный						
Запеканка из творога	102	17,89	12,29	17,49	251,94	251
Соус яблочный	30	0.03	0.03	5.1	20.79	380
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	23	1,52	0,28	7,68	40,02	
Итого за полдник	435	19,90	13,02	50,06	396,75	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1810	50,71	36,74	224,68	1433,72	