

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

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

МБОУ г. Керчи РК

Школа-гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

ОГРН 1149102179538

ИНН 2307003022

КПП 2307003022

М.П. Подпись

Д.И. Тюпонник

Неделя:2 ДЕНЬ:4 (четверг) 13.02.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша молочная жидкая пшеничная	210	4,59	4,90	31,26	187,00	199
Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,00	3
Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00	412
Итого за завтрак	467	11,39	13,37	60,85	408,00	
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						
Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,86	3,66	4,01	52,44	57
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,80	73
Котлеты рубленые из птицы	60	11,30	2,53	9,45	105,75	322
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Каша гречневая рассыпчатая	155	8.86	5.98	39.81	248.0	179
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	24	1,89	0,24	11,59	78,42	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	739	27,86	16,56	115,34	744,54	
Полдник уплотненный						
Салат из соленых огурцов	60	0,51	3,06	1,56	35,88	20
Омлет с зеленым горошком	85	6,52	8,07	8,41	132,00	233
Яблоки печеные с повидлом	100/20	0,40	0,38	36,55	151,00	403
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	24	1,58	0,29	8,02	41,76	
Итого за полдник	469	11,86	14,21	68,90	451,64	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1855	52.01	44.14	263.27	1680,18	