

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

Ирина Владимировна

«Искра» Гимназия №1 имени Героя Советского Союза Е.И.Дёминой»

МБОУ г. Керчи РК

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

ОГРН 1149102179588

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

МБОУ г. Керчи РК

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

ОГРН 1149102179588

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

МБОУ г. Керчи РК

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

ОГРН 1149102179588

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

МБОУ г. Керчи РК

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

ОГРН 1149102179588

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

МБОУ г. Керчи РК

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

ОГРН 1149102179588

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

МБОУ г. Керчи РК

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

ОГРН 1149102179588

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

МБОУ г. Керчи РК

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

ОГРН 1149102179588

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

МБОУ г. Керчи РК

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

ОГРН 1149102179588

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

МБОУ г. Керчи РК

«Искра» Гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

ОГРН 1149102179588

Подписанник



Неделя:1 ДЕНЬ:2 (вторник) 04.03.2025г.						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5.75	5.21	18.84	145.2	100
Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,00	3
Чай с лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	412
<b>Итого за завтрак</b>	<b>457</b>	<b>12,55</b>	<b>13,68</b>	<b>48,43</b>	<b>366,20</b>	
<b>II завтрак</b>						
Плоды свежие (яблоки)	100	0.4	0.4	1.80	44.0	386
<b>Итого за II завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0.4</b>	<b>0.4</b>	<b>1.80</b>	<b>44.0</b>	
<b>Обед</b>						
Салат из соленых огурцов с луком	60	0.51	3.06	1.56	35.88	20
Борщ с капустой и картофелем	200	1.45	3.93	10.19	82.0	63
Плов из птицы	160	16,59	5,81	26,76	226,0	321
Кисель из повидла	180	0.08	-	20.03	80.46	401
Хлеб пшеничный	46	3,63	0,46	22,22	108,56	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
<b>Итого за обед</b>	<b>676</b>	<b>24,24</b>	<b>13,62</b>	<b>90,78</b>	<b>585,10</b>	
<b>Полдник уплотненный</b>						
Запеканка из творога	140	24,56	16,87	24,01	345,8	251
Соус яблочный	30	0.03	0.03	5.1	20.79	380
Печенье галетное	30	1,80	3,60	15,90	102,00	
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	27	1,78	0,32	9,02	46,98	
<b>Итого за полдник</b>	<b>407</b>	<b>31,84</b>	<b>24,01</b>	<b>69,85</b>	<b>622,57</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1640</b>	<b>69,03</b>	<b>51,71</b>	<b>210,86</b>	<b>1617,87</b>	