

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

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

Л.И.Тютюнник



Неделя:2 ДЕНЬ:5 (пятница) 28.03.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Суп молочный с гречневой крупой	200	5,97	5,48	17,08	142,20	101
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Итого за завтрак	420	12.09	16.22	47.52	385.20	
II завтрак						
Сок фруктовый	180	0,90	-	18,18	76,00	418
Итого за II завтрак	180	0,90	-	18,18	76,00	
Обед						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	63
Котлеты рубленные из кур, запеченные с соусом молочным	80	8,98	5,81	5,78	111,00	324
Макароны отварные с маслом	155	5.68	4.36	27.25	171.0	219
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	37	2,92	0,37	17,87	87,32	
Хлеб ржаной	30	2,64	0,80	13,36	69,60	
Итого за обед	742	22,53	18,03	100,56	655,76	
Полдник уплотненный						
Оладьи с повидлом	130	9,05	8,11	55,15	330,00	432
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	227
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	26	2,29	0,69	11,58	60,32	
Итого за полдник	406	21,89	20,19	98,73	662,32	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1748	57,41	54,44	264,99	1779,28	