

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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

МБОУ г. Керчи РК

«Никола» гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

П.А.Тютюнник



Неделя:1 ДЕНЬ:5 (пятница) 04.04.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическа я ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша молочная жидкая пшениная	210	4,59	1,31	31,26	187,00	182
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1
Чай с лимоном	180/10/7	0.12	0.02	10.20	41.0	411
Итого за завтрак	447	7,16	8,88	56,08	364,0	
II завтрак						
Сок фруктовый	180	0,90	-	18,18	76,00	418
Итого за II завтрак	180	0,90	-	18,18	76,00	
Обед						
Салат из белокочанной капусты	60	0,84	3,04	5,19	51,54	21
Суп картофельный с клецками	200	1,68	2,69	9,71	69,80	91
Запеканка картофельная с мясом	160	12,13	9,5	25,70	237,0	308
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.02	24.99	101.7	394
Хлеб пшеничный	56	4,42	0,56	27,05	132,16	
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	
Итого за обед	721	22,20	17,73	106,09	675,33	
Полдник уплотненный						
Икра свекольная	60	1.41	0.96	7.4	60.06	55
Макароны отварные с маслом	155	5.68	4.36	27.25	171.0	219
Молоко кипяченое	180	5.48	4.88	9.07	102.0	419
Хлеб ржаной	29	1.91	3.48	9.69	50.46	
Итого за полдник	424	14.48	13.68	53.41	383.52	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1772	44.74	40.29	233.76	1498.85	