

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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



Л.И.Тютюнник

Неделя:1 ДЕНЬ:2 (вторник) 15.04.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
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
Итого за завтрак	457	12,55	13,68	48,43	366,20	
II завтрак						
Плоды свежие (яблоки)	100	0.4	0.4	1.80	44.0	386
Итого за II завтрак	100	0.4	0.4	1.80	44.0	
Обед						
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	210	22,26	7,73	35,69	301,00	321
Кисель из повидла	180	0.08	-	20.03	80.46	401
Хлеб пшеничный	51	4,03	0,51	24,63	120,36	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	731	30,31	15,59	102,12	671,90	
Полдник уплотненный						
Запеканка из творога	100	17,54	12,05	17,15	247,00	251
Соус яблочный	30	0.03	0.03	5.1	20.79	380
Вафли	50	2,00	15,00	63,00	265,00	
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	
Итого за полдник	398	22,14	27,56	107,93	638,91	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1686	65,40	57,23	260,28	1721,01	