

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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



Л.И.Потонников

Неделя:1 ДЕНЬ:4 (четверг) 17.04.2025г.

Неделя:1 ДЕНЬ:4 (четверг) 17.04.2025г.						
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 повидлом	55	2,49	3,93	27,56	156,00	2
Чай с лимоном	180/10/7	0.12	0.02	10.2	41.0	411
Итого за завтрак	452	8,58	9,43	54,84	339,20	
II завтрак						
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	388
Итого за II завтрак	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
Обед						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.4	3.9	6.78	67.8	73
Котлеты рубленые из птицы	80	15,07	3,38	12,60	141,00	322
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Каша вязкая пшеничная	155	4,00	4,24	24,55	152,40	331
Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.02	24.99	101.7	394
Хлеб пшеничный	37	2,92	0,37	17,87	87,32	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	772	26,91	16,39	102,19	671,65	
Полдник уплотненный						
Рыба, запеченная в омлете	80	13,07	4,37	2,57	102,00	263
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	339
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за полдник	440	18,17	9,55	43,02	331,75	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1764	54,06	25,77	209,86	1386,60	