

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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

Л.И. Потюнник



Неделя:1 ДЕНЬ:5 (пятница) 18.04.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая 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 сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,00	3
Чай с лимоном	180/10/7	0.12	0.02	10.2	41.0	411
Итого за завтрак	467	11,39	9,78	60,85	408,0	
II завтрак						
Плоды свежие (яблоки)	100	0.4	0.4	1.80	44.0	386
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Итого за II завтрак	280	4,07	3,59	17,32	151,0	
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	165	12,13	9,5	25,70	237,0	308
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	47	3,71	0,47	22,70	110,92	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	712	20,9	17,70	96,57	631,53	
Полдник уплотненный						
Макароны, отварные с сыром	150	9,29	10,01	22,71	218,00	220
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	227
Сдоба обыкновенная	50	3,88	2,36	26,15	141,0	449
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00	419
Хлеб ржаной	35	2,31	0,3	11,69	60,90	
Итого за полдник	455	26,04	22,15	69,90	584,90	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1914	62,40	53,22	244,64	1775,43	