

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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



Л.И.Тютюнник

Неделя:2 ДЕНЬ:2 (вторник) 06.05.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическа я ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша молочная жидкая овсяная	210	4,91	6,00	28,41	187,00	199
Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,00	3
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Итого за завтрак	460	11,65	14,47	57,79	407,0	
II завтрак						
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Итого за II завтрак	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Обед						
Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	34
Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	107,80	87
Плов из птицы	210	22,26	7,73	35,69	301,00	210
Кисель из повидла	180	0,08	-	20,03	80,46	401
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,80	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	710	31,94	16,26	98,31	666,60	
Полдник уплотненный						
Блинчики со сгущенным молоком	120	2,64	3,71	40,47	221,00	430
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	227
Вафли	50	2,00	15,00	63,00	265,00	
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	22	1,45	0,20	7,35	38,28	
Итого за полдник	412	14,84	26,70	126,92	694,28	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1682	58,83	57,83	292,82	1811,88	