

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

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

МБОУ г. Керчи РК

Школа-гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Е.И.Дёминой»

И.И. Тюнин

Неделя:1 ДЕНЬ:2 (вторник) 13.05.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша манная жидкая с сахаром и маслом	210	3,18	3,89	26,38	153,00	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	9,92	12,36	55,76	373,0	
II завтрак						
Сок фруктовый	180	0,90	-	18,18	76,00	418
Итого за II завтрак	180	0,90	0,00	18,18	76,00	
Обед						
Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,42	35,88	13
Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	63
Птица. тушенная в соусе с овощами	230	12,32	3,02	20,88	160,00	319
Кисель из повидла	180	0.08	-	20.03	80.46	401
Хлеб пшеничный	39	3,08	0,39	18,84	92,04	
Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50	
Итого за обед	734	19,04	11,29	79,71	493,88	
Полдник уплотненный						
Оладьи с повидлом	130	9,05	8,11	55,15	330,00	432
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	26	2,57	0,47	13,03	67,86	
Итого за полдник	436	15,69	12,17	93,80	548,86	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1810	45,55	35,82	247,45	1491,74	