

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

«Никола гимназия №1 имени Героя Советского Союза В.И.Дёминой»



Л.И.Тютюнник

Неделя:1 ДЕНЬ:3 (среда) 14.05.2025г.

Неделя:1 ДЕНЬ:3 (среда) 14.05.2025г.						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша молочная жидкая рисовая	210	2,17	3,89	27,45	154,00	199
Бутерброд с повидлом	46	2,08	3,29	23,05	130,47	2
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Итого за завтрак	446	4,31	7,2	60,49	324,47	
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	
Обед						
Салат из белокочанной капусты	60	0,84	3,04	5,19	51,54	21
Рассольник ленинградский	200	1,60	4,09	13,54	97,40	82
Биточки рубленые из птицы паровые	60	10,78	2,37	5,42	86,25	323
Капуста тушеная	150	3,10	4,85	14,14	112,60	354
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	36	2,84	0,36	17,39	84,96	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	716	21,28	15,21	87,19	572,79	
Полдник уплотненный						
Лапшевник с творогом	233	20,30	16,79	47,88	423,95	226
Вафли	50	2,00	15,00	63,00	265,00	
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	28	1,85	0,34	9,35	48,72	
Итого за полдник	491	27,0	34,54	134,59	828,67	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1753	52,99	57,35	292,07	1769,93	