

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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



Л.И.Тютюнник

Неделя:2 ДЕНЬ:4 (четверг) 22.05.2025г.

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 маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Итого за завтрак	440	4,68	11,46	52,06	330,0	
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
Биточки рубленые из птицы паровые	80	14,38	3,17	7,23	115,00	323
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Макароны отварные	155	5,68	4,36	27,25	171,00	219
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,90	82,60	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	770	27,53	17,34	99,76	662,61	
Полдник уплотненный						
Салат из соленых огурцов	60	0,51	3,06	1,56	35,88	20
Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157,00	229
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	27	1,78	0,32	9,02	46,98	
Итого за полдник	352	12,66	19,25	26,45	330,86	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1742	45,77	48,05	196,45	1399,47	