

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»

Л.И. Тютюник

Неделя:2 ДЕНЬ:4 (четверг) 05.06.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Запеканка из творога	192	17,54	12,05	17,15	247,00	251
Соус яблочный	30	0,03	0,027	5,11	20,79	380
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1
Чай с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	413
Итого за завтрак	442	22,87	22,04	51,24	494,79	
II завтрак						
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Итого за II завтрак	180	3,67	3,19	15,82	107,00	
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, тушеная в сметанном соусе	172	19,61	5,41	4,70	146,0	318
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	47	3,71	0,47	22,70	110,92	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	844	33,29	18,20	101,27	699,70	
Полдник уплотненный						
Огурец свежий. порц	40	0,40	0,048	1,08	6,24	
Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157,00	229
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00	419
Хлеб ржаной	31	2,05	0,37	10,35	53,94	
Итого за полдник	336	15,45	18,76	22,01	319,18	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1802	75,28	62,19	168,33	1620,67	