

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

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



| Неделя:2 ДЕНЬ:2 (вторник) 17.06.2025г. |                |                   |         |             |                                  |                |
|----------------------------------------|----------------|-------------------|---------|-------------|----------------------------------|----------------|
| Наименование блюда                     | Выход<br>блюда | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | №<br>рецептуры |
|                                        |                | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |                |
| Завтрак                                |                |                   |         |             |                                  |                |
| Суп молочный с макаронными изделиями   | 200            | 5,75              | 5,21    | 18,84       | 145,20                           | 100            |
| 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                       | 450            | 12,49             | 13,68   | 48,22       | 365,20                           |                |
| 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 белокочанной капусты          | 60             | 0,84              | 3,04    | 5,19        | 51,54                            | 21             |
| Суп картофельный с пшеном              | 200            | 1,74              | 2,27    | 11,43       | 73,20                            | 86             |
| 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            |
| Каша рассыпчатая гречневая             | 155            | 8,60              | 6,09    | 38,64       | 243,75                           | 330            |
| Кисель из повидла                      | 180            | 0,08              | -       | 20,03       | 80,46                            | 401            |
| Хлеб пшеничный                         | 15             | 1,18              | 0,15    | 7,24        | 35,40                            |                |
| Хлеб ржаной                            | 30             | 1,98              | 0,36    | 10,02       | 52,20                            |                |
| Итого за обед                          | 750            | 29,22             | 16,58   | 101,54      | 673,78                           |                |
| Полдник уплотненный                    |                |                   |         |             |                                  |                |
| Рыба, запеченная в омлете              | 80             | 13,07             | 4,37    | 2,57        | 102,00                           | 263            |
| Пюре картофельное                      | 150            | 3,06              | 4,80    | 20,44       | 137,25                           | 339            |
| Молоко кипяченое                       | 150            | 4,58              | 4,08    | 7,58        | 85,00                            | 419            |
| Хлеб ржаной                            | 26             | 1,72              | 0,32    | 8,68        | 45,24                            |                |
| Итого за полдник                       | 406            | 22,43             | 13,57   | 39,27       | 369,49                           |                |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                         | 1786           | 65,04             | 43,83   | 207,21      | 1484,47                          |                |