

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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

Л.И. Потонник



Неделя:2 ДЕНЬ:4 (четверг) 19.06.2025г.

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						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	63
Голубцы ленивые	160	14,12	9,04	20,26	219,00	315
Соус сметанный с томатом	30	0,53	1,50	2,11	24,03	373
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	49	3,87	0,49	23,67	115,64	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	709	23,07	17,96	95,86	641,57	
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	33	2,18	0,40	11,02	57,42	
Итого за полдник	358	13,06	19,33	28,45	341,30	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1687	41,71	48,75	194,55	1399,47	