УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК
«Школа - гимназия №1 имени Героя
Советского Союза Е.И.Дёминой»

Л.И.Тютюнник

Неделя:1 ДЕНЬ:5 (пятница) 27.06.2025г.						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Запеканка из творога	85	14,91	10,24	14,58	209,95	251
Соус яблочный	30	0,03	0.027	5,11	20,79	380
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	**365**	**21,68**	**18,74**	**49,07**	**450,74**	
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 соленых огурцов	60	0,51	3,06	1,56	35,88	20
Суп картофельный с пшеном	200	1,74	2,27	11,43	73,20	86
Тефтели мясные	160	11,33	12,53	14,19	215,00	303
Каша вязкая пшеничная	155	4,00	4,24	24,55	152,40	330
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	331
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,80	
Хлеб ржаной	35	3,16	0,40	19,32	94,40	
Итого за обед	**820**	**22,66**	**22,84**	**102,9**	**709,88**	
Полдник уплотненный						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Макароны, отварные с сыром	150	9,29	10,01	22,71	218,00	220
Сдоба обыкновенная	50	3,88	2,36	26,15	141,00	449
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за полдник	**480**	**15,93**	**15,37**	**73,49**	**498,20**	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1845**	**61,17**	**56,95**	**243,64**	**1734,82**	