

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МБОУ г.Керчи РК
«Школа-гимназия №1 имени Героя
Советского Союза Е.И.Дёминой»
Ю.И.Гиря



Неделя:2 ДЕНЬ:3 (среда) 02.07.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом	210	6,21	5,28	27,15	203,00	182
Бутерброд с повидлом	55	2,49	3,93	27,56	156,00	2
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Итого за завтрак	455	8,76	9,23	64,70	399,0	
II завтрак						
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Итого за II завтрак	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
Обед						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Суп картофельный с рисом	200	1,58	2,19	11,66	72,60	86
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 свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,40	
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	7,51	69,60	
Итого за обед	710	22,89	16,37	86,97	614,47	
Полдник уплотненный						
Сырники из творога с повидлом	170	28,03	19,00	17,10	351,00	245
Печенье	42	16,52	5,04	22,26	142,80	
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб пшеничный	46	3,63	0,46	22,22	108,56	
Хлеб ржаной	37	0,07	0,02	12,32	49,33	
Итого за полдник	475	51,92	27,71	89,72	758,69	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1740	83,97	53,71	251,19	1816,16	