

УТВЕРЖДАЮ

И.о.директора МБОУ г.Керчи РК

Школа-гимназия №1 имени Героя

Советского Союза Е.И.Дёминой»

Ю.И.Гиря



Неделя:1 ДЕНЬ:2 (вторник) 08.07.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша манная жидкая с сахаром и маслом	210	3,18	3,89	26,38	153,00	199
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	460	9,92	12,36	55,76	373,0	
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						
Салат из свежих помидоров с луком	54	0,61	3,33	2,55	42,71	14
Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	63
Птица. тушенная в соусе с овощами	230	12,32	3,02	20,88	160,00	319
Кисель из повидла	180	0,08	-	20,03	80,46	401
Хлеб пшеничный	51	4,03	0,51	24,63	120,36	
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	
Итого за обед	750	20,80	11,21	89,97	546,43	
Полдник уплотненный						
Оладьи с повидлом	130	9,05	8,11	55,15	330,00	432
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	
Итого за полдник	448	15,63	12,16	93,46	547,12	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1838	47,25	35,73	257,37	1542,55	