

УТВЕРЖДАЮ

Клиент: директор МБОУ г.Керчи РК

«Школа-гимназия №1 имени Героя

Советского Союза Е.И.Дёминой»

Ю.И.Гиря



Неделя:1 ДЕНЬ:3 (среда) 09.07.2025г.

| 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 повидлом | 46 | 2,08 | 3,29 | 23,05 | 130,47 | 2 |
| Чай с сахаром | 180/10 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,00 | 411 |
| Итого за завтрак | 446 | 4,31 | 7,2 | 60,49 | 324,47 | |
| II завтрак | | | | | | |
| Сок фруктовый | 180 | 0,90 | - | 18,18 | 76,00 | 418 |
| Итого за II завтрак | 180 | 0,90 | - | 18,18 | 76,00 | |
| Обед | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 60 | 0,84 | 3,04 | 5,19 | 51,54 | 21 |
| Рассольник ленинградский | 200 | 1,60 | 4,09 | 13,54 | 97,40 | 82 |
| Биточки рубленные из птицы паровые | 80 | 14,38 | 3,17 | 7,23 | 115,00 | 323 |
| Капуста тушеная | 150 | 3,10 | 4,85 | 14,14 | 112,60 | 354 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0,14 | 0,14 | 21,49 | 87,84 | 390 |
| Хлеб пшеничный | 46 | 3,63 | 0,46 | 22,22 | 108,56 | |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 11,69 | 60,90 | |
| Итого за обед | 751 | 26,0 | 16,17 | 95,50 | 633,84 | |
| Полдник уплотненный | | | | | | |
| Запеканка из творога | 100 | 17,54 | 12,05 | 17,15 | 247,00 | 251 |
| Соус яблочный | 30 | 0,03 | 0,027 | 5,11 | 20,79 | 380 |
| Вафли | 58 | 2,32 | 17,40 | 73,08 | 307,40 | |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91,00 | 414 |
| Хлеб ржаной | 38 | 2,51 | 0,46 | 12,69 | 66,12 | |
| Итого за полдник | 406 | 25,25 | 32,35 | 122,39 | 732,31 | |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1783 | 56,46 | 55,72 | 296,56 | 1766,62 | |