

УТВЕРЖДАЮ

И.о.директора МБОУ г.Керчи РК

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

Ю.И.Гиря



Неделя:1 ДЕНЬ:5 (пятница) 11.07.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Запеканка из творога с повидлом	105/10	18,42	12,65	18,01	259,35	251
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	25,16	21,12	47,39	479,35	
II завтрак						
Молоко кипяченое	150	4,57	4,07	7,56	85,0	419
Итого за II завтрак	150	4,57	4,07	7,56	85,0	
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 рассыпчатая гречневая	155	8,60	6,09	38,64	243,75	330
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	331
Хлеб пшеничный	52	4,11	0,52	25,12	122,72	
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	
Итого за обед	842	29,0	24,91	127,62	853,15	
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
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	48	3,17	0,58	16,03	83,52	
Итого за полдник	488	20,73	18,76	85,33	596,52	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1845	79,46	68,86	267,90	2014,02	