

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МБОУ г.Керчи РК

«Школа – гимназия №1 имени Героя

Советского Союза Е.И. Дёминой»

Ю.И.Гиря



Неделя:2 ДЕНЬ:5 (пятница) 18.07.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Запеканка из творога	125	21,92	15,06	21,44	308,75	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	405	28,69	23,56	55,93	549,54	
II завтрак						
Плоды свежие (яблоко)	127	0,51	0,51	12,45	55,88	386
Итого за II завтрак	127	0,51	0,51	12,45	55,88	
Обед						
Салат из белокочанной капусты	55	0,77	2,79	4,76	47,24	21
Суп картофельный с клецками	200	1,68	2,69	9,71	69,80	91
Филе птицы, тушенное в соусе сметанном	55/60	14,09	3,89	3,38	105,0	318
Каша вязкая пшеничная	155	4,00	4,24	24,55	152,40	331
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	45	3,55	0,45	21,73	106,20	
Хлеб ржаной	45	5,87	0,54	15,03	78,30	
Итого за обед	795	30,10	14,74	100,65	646,78	
Полдник уплотненный						
Макароны, отварные с сыром	150	9,29	10,01	22,71	218,00	220
Булочка ванильная	50	3,95	4,06	27,24	161,00	450
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб ржаной	47	3,10	0,56	15,70	81,78	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,80	
Итого за полдник	467	18,77	14,95	90,13	571,58	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1794	78,07	53,76	209,16	1823,78	