

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) 22.07.2025г.

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						
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						
Салат из свежих помидоров с луком	88	0,99	5,43	4,15	69,60	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	40	3,16	0,40	19,32	94,40	
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	
Итого за обед	778	20,64	13,26	87,93	556,06	
Полдник уплотненный						
Оладьи с повидлом	130	9,05	8,11	55,15	330,00	432
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	227
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,0	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,40	
Итого за полдник	440	24,26	16,90	107,27	681,40	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1778	55,22	42,92	260,76	1654,40	