

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) 25.07.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Запеканка из творога	170	29,82	20,48	29,15	419,90	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	450	36,59	28,98	63,64	660,69	
II завтрак						
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00	419
Итого за II завтрак	180	5,48	4,88	9,07	102,00	
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	39	3,08	0,39	18,84	92,04	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	824	27,64	24,72	119,67	813,77	
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
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	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за полдник	570	19,94	18,94	89,12	609,20	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	2024	89,65	77,52	281,50	2185,66	