

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

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

Л.И. Тютюнник



Неделя: **2 ДЕНЬ:5 (пятница) 05.09.2025г.**

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 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	8,91	12,36	56,83	374	
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 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
Фрикадельки из птицы	58	10,33	0,84	5,10	69,60	325
Капуста тушенная	150	3,10	4,85	14,14	112,60	354
Компот из сушеных фруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	34	2,69	0,34	16,42	80,24	
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	
Итого за обед	717	21,08	11,80	85,33	534,12	
Полдник уплотненный						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Макароны, запеченные с сыром	155	7,10	7,01	29,63	210,0	221
Печенье	28	1,68	3,36	14,84	95,20	
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб ржаной	33	2,18	0,40	11,02	57,42	
Итого за полдник	466	11,74	13,41	70,10	449,62	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1823	42,63	37,57	230,44	1433,74	