

УТВЕРЖДАЮ



Директор МБОУ г.Керчи РК
«Школа-гимназия №1 имени Героя
Советского Союза Е.И.Дёминой»

Т.И. Тютюнник

Неделя:1 ДЕНЬ:2 (вторник) 16.09.2025г.

Неделя:1 ДЕНЬ:2 (вторник) 16.09.2025г.						
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	62	0,70	4,08	2,92	49,04	14
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,39	3,91	6,79	67,80	73
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	54	4,27	0,54	26,08	127,44	
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	
Итого за обед	761	21,07	11,97	88,39	545,64	
Полдник уплотненный						
Запеканка из творога	100	17,54	12,05	17,15	247,00	251
Соус яблочный	30	0,03	0.027	5,11	20,79	380
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	
Итого за полдник	345	23,55	15,69	49,77	435,69	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1666	65,26	40,42	203,72	1398,33	