

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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

Л.И.Тютюнник



Неделя:1 ДЕНЬ:3 (среда) 01.10.2025г.

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 повидлом	55	2,49	3,93	27,56	156,00	2
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Итого за завтрак	455	4,72	7,84	65,0	350,0	
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 белокочанной капусты	59	0,83	3,0	5,10	50,68	21
Рассольник ленинградский	200	1,60	4,09	13,54	97,40	82
Биточки рубленые из птицы паровые	60	10,78	2,38	5,42	86,25	323
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Капуста тушенная	150	3,10	4,85	14,14	112,60	354
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	39	3,08	0,39	18,84	92,04	
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	
Итого за обед	753	22,26	16,77	91,98	609,94	
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
Вафли	50	2,00	15,00	63,00	265,00	
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	28	1,85	0,34	9,35	48,72	
Итого за полдник	388	24,27	29,83	108,97	672,51	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1776	52,15	54,44	284,13	1708,45	