

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

Школа-гимназия №1 имени Героя
Советского Союза Б.И.Дёминой»

МБОУ г. Керчи РК

«Школа-гимназия №1

имени Героя Советского

Союза Б.И.Дёминой»

ОГРН 1149102179588

ИНН 2307003888

М.П. И.И. Тюпоники

Неделя:2 ДЕНЬ:3 (среда) 08.10.2025г.

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	60	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	460	4,72	7,84	65,0	350,0	
II завтрак						
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00	419
Итого за II завтрак	180	0,14	0,14	21,49	87,84	
Обед						
Икра морковная	60	1,32	2,76	6,53	56,22	21
Суп картофельный с пшеном	200	1,74	2,27	11,43	73,20	91
Биточки рубленые из птицы паровые	80	14,38	3,17	7,23	115,00	323
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	339
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	34	2,69	0,34	16,42	80,24	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	764	25,73	15,34	95,32	624,18	
Полдник уплотненный						
Салат из соленых огурцов с луком	60	0,51	3,06	1,56	35,88	20
Омлет с зеленым горошком	85	6,52	8,07	8,41	132,00	233
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб ржаной	31	2,05	0,37	10,35	53,94	
Итого за полдник	463	10,0	12,01	43,45	329,8	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1867	40,59	35,33	225,26	1391,82	