

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

«Школа-гимназия №1 имени Героя Советского Союза Е.И. Деминной»



Неделя:2 ДЕНЬ:5 (пятница) 10.10.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом	210	6,21	5,28	27,15	203,00	182
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1
Чай с лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	412
Итого за завтрак	447	8,78	12,85	51,97	380,0	
II завтрак						
Сок фруктовый	180	0,90	-	18,18	76,00	418
Итого за II завтрак	180	0,90	0,00	18,18	76,00	
Обед						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	63
Котлеты рубленые из птицы	70	13,19	2,96	11,02	123,37	322
Каша вязкая пшеничная	155	4,00	4,24	24,55	152,40	331
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	37	2,92	0,37	17,87	87,32	
Хлеб ржаной	30	2,64	0,80	13,36	69,60	
Итого за обед	732	25,32	14,94	106,60	663,39	
Полдник уплотненный						
Оладьи с повидлом	130	9,05	8,11	55,15	330,00	432
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	
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	380	19,78	16,26	81,27	552,20	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1739	54,78	44,05	258,02	1671,59	