

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

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

МБОУ г. Керчи РК

Т.И. Цюпонник



Неделя:1 ДЕНЬ:5 (пятница) 31.10.2025г.						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша молочная жидкая пшеничная	210	4,59	1,31	31,26	187,00	182
Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,00	3
Чай с лимоном	180/10/7	0.12	0.02	10.2	41.0	411
Итого за завтрак	467	11,39	9,78	60,85	408,0	
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 свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	34
Суп картофельный с клецками	200	1,68	2,69	9,71	69,80	91
Запеканка картофельная с мясом	140	10,61	8,31	22,49	207,37	308
Соус сметанный	25	0,35	1,25	1,47	18,52	372
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	36	2,84	0,36	17,39	84,96	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	671	18,46	16,76	87,59	577,03	
Полдник уплотненный						
Икра свекольная	60	0,78	2,48	4,29	42,60	55
Макароны, отварные с сыром	150	9,29	10,01	22,71	218,00	220
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00	419
Хлеб ржаной	27	1,78	0,32	9,02	46,98	
Итого за полдник	417	17,33	17,69	45,09	409,58	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1735	48,08	44,23	211,71	1470,61	