

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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



Л.И. Гюнтюник

Неделя:2 ДЕНЬ:5 (пятница) 07.11.2025г.

Неделя:2 ДЕНЬ:5 (пятница) 07.11.2025г.						
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	380,00	
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 рубленные из птицы	80	15,07	3,38	12,60	141,00	322
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	35	2,76	0,35	16,91	82,60	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	765	25,60	17,08	98,03	652,12	
Полдник уплотненный						
Оладьи с повидлом	120/10	9,05	8,11	55,15	330,00	432
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	227
Печенье	29	2,17	4,64	10,98	70,43	
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	27	1.78	0.32	9.02	46.98	
Итого за полдник	406	21,75	20,86	91,25	617,41	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1798	57,03	50,79	259,53	1725,53	