

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

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



Неделя:1 ДЕНЬ:2 (вторник) 25.11.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,75	5,21	18,84	145,20	100
Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,00	3
Чай с лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	412
Итого за завтрак	457	12,55	13,68	48,43	366,20	
II завтрак						
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Итого за II завтрак	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
Обед						
Салат из соленых огурцов	60	0,51	3,06	1,56	35,88	20
Борщ с капустой с картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	63
Плов из птицы	210	22,26	7,73	35,69	301,00	321
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	32	2,53	0,32	14,45	75,52	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	712	29,13	15,42	96,90	648,30	
Полдник уплотненный						
Рыба, запеченная в омлете	80	13,07	4,37	2,57	102,00	263
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	339
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	24	1,58	0,28	8,02	41,76	
Итого за полдник	434	20,56	11,86	45,39	372,01	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1703	62,64	41,36	200,52	1430,51	