

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК
«Школа-гимназия №1 имени Героя
Советского Союза Е.И. Дёминой»



Д.И. Тютюнник

Неделя:1 ДЕНЬ:5 (пятница) 14.11.2025г.

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 белокочанной капусты	60	0,84	3,04	5,19	51,54	21
Суп картофельный с клецками	200	1,68	2,69	9,71	69,80	91
Филе птицы, тушенное в соусе сметанном	64/45	13.48	3.72	3.23	100.37	318
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	46	3,63	0,46	22.22	108.56	
Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.90	
Итого за обед	780	25.14	15.27	93.97	616.26	
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	29	1.91	0.34	9.69	50.46	
Итого за полдник	419	17.46	17.71	45.76	413.06	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1846	54.89	42.76	218.76	1513.32	