

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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



Л.И.Тютюнник

Неделя:2 ДЕНЬ:4 (четверг) 04.12.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша молочная жидкая пшениная	210	4,59	1,31	31,26	187,00	199
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	7,16	8,88	56,08	364,0	
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						
Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,86	3,66	4,01	52,44	37
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,80	88
Птица. тушеная в сметанном соусе	160	19,61	5,41	4,70	146,00	318
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	339
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	64	5,06	0,64	30,91	151,04	
Хлеб ржаной	40	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	854	33,12	17,16	108,78	724,43	
Полдник уплотненный						
Запеканка из творога	164	28,76	19,75	28,12	405,08	251
Соус яблочный	30	0,03	0.027	5,11	20,79	380
Печенье	30	1,80	3,60	15,90	102,00	
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	38	1,88	0,34	9,52	49,59	
Итого за полдник	442	35,32	26,13	73,01	668,46	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1923,0	76,50	52,17	256,05	1832,89	