

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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

Д.И. Плоттонник



Неделя:2 ДЕНЬ:4 (четверг) 18.12.2025г.

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 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	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	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. тушенная в соусе с овощами	230	12,32	3,02	20,88	160,00	319
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	43	3.40	0.43	20.77	101.48	
Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.90	
Итого за обед	748	21.44	9.82	96.05	560.32	
Полдник уплотненный						
Запеканка из творога	76	13.33	9.16	13.03	187.72	251
Соус яблочный	30	0,03	0.027	5,11	20,79	380
Яблоки печеные с повидлом	100	0,40	0,38	36,55	151,00	403
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	27	1.78	0.32	9.02	46.98	
Итого за полдник	413	18.39	12.30	78.07	497.49	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1808	52.12	31.90	253.15	1541.81	