

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г. Керчи РК

«Школа-гимназия №1 имени Героя

Советского Союза Е.И. Дёминой»

МБОУ г. Керчи РК

«Школа-гимназия №1

имени Героя Советского Союза Е.И. Дёминой»

МБОУ г. Керчи РК

ОГРН 1149102179588

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

МБОУ г. Керчи РК

Неделя:1 ДЕНЬ:4 (четверг) 25.12.2025г.

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
Сыр порциями	15	3,48	4,43	-	54,0	7
Чай с лимоном	180/10/7	0.12	0.02	10.2	41.0	411
Итого за завтрак	462	12,26	17,28	51,97	434,0	
II завтрак						
Плоды свежие (яблоки)	100	0.4	0.4	1.80	44.0	386
Итого за II завтрак	100	0.4	0.4	1.80	44.0	
Обед						
Икра кабачковая	60	0.72	2.82	4.62	47.0	57
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.4	3.9	6.78	67.8	73
Котлеты рубленные из кур, запеченные с соусом молочным	80	8,98	5,81	5,78	111,00	324
Каша вязкая пшеничная	155	4,00	4,24	24,55	152,40	331
Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.018	24.99	101.7	394
Хлеб пшеничный	24	1,90	0,24	11,59	56,64	
Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50	
Итого за обед	724	19,05	17,33	86,66	580,04	
Полдник уплотненный						
Оладьи с повидлом	100/10	7,66	6,86	46,66	279,23	432
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	227
Печенье	30	1,80	3,60	15,90	102,00	
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб ржаной	24	1,58	0,29	8,02	41,76	
Итого за полдник	384	16,18	15,37	80,85	525,99	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1670	47,89	50,38	221,28	1584,03	