

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ г.Керчи РК

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

М.И.И. Потюнник



Неделя:1 ДЕНЬ:5 (пятница) 26.12.2025г.

Неделя:1 ДЕНЬ:5 (пятница) 26.12.2025г.						
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	182
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	41.0	411
Итого за завтрак	447	7,16	8,88	56,08	364,0	
II завтрак						
Плоды свежие (яблоки)	124	0,50	0,50	2,23	54,56	386
Итого за II завтрак	124	0,50	0,50	2,23	54,56	
Обед						
Салат из белокочанной капусты	55	0,77	2,79	4,76	47,24	21
Суп картофельный с клецками	200	1,68	2,69	9,71	69,80	91
Запеканка картофельная с мясом	160	12,13	9,50	25,70	237,00	308
Соус сметанный	25	0,35	1,25	1,47	18,52	372
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	39	3,08	0,39	18,84	92,04	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	689	20,13	17,12	91,99	604,64	
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	21	1,39	0,25	7,01	36,54	
Итого за полдник	411	16,94	17,62	43,08	399,14	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1671	44,73	44,12	414,15	1422,34	