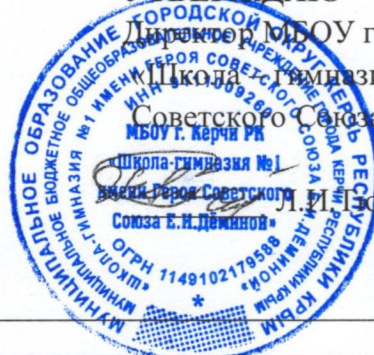


УТВЕРЖДАЮ



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

М.П. Подписанник

Неделя:2 ДЕНЬ:3 (среда) 21.01.2026г.						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша молочная жидкая рисовая	210	2,17	3,89	27,45	154,00	199
Бутерброд с повидлом	55	2,49	3,93	27,56	156,00	2
Чай с лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	412
Итого за завтрак	462	4,78	7,84	65,21	351,0	
II завтрак						
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00	419
Итого за II завтрак	180	0,14	0,14	21,49	87,84	
Обед						
Икра морковная	60	1,32	2,76	6,53	56,22	21
Суп картофельный с пшеном	200	1,74	2,27	11,43	73,20	91
Биточки рубленые из птицы паровые	80	14,38	3,17	7,23	115,00	323
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
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	29	2,29	0,29	14,01	68,44	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	759	25,33	15,29	92,90	612,38	
Полдник уплотненный						
Запеканка из творога	129	22,63	15,54	22,12	319,63	251
Соус яблочный	30	0,03	0.027	5,11	20,79	380
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	25	1,65	0,3	8,35	43,5	
Итого за полдник	394	26,17	19,49	61,47	525,92	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1795	56,42	42,76	241,07	1577,14	