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

Л.И.Тютюнник

20.02.2026

Неделя: 2 ДЕНЬ: 5 (пятница)						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК						
Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом	260	7,69	6,54	33,61	251,33	182
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1
Чай с сахаром	180/10/7	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Итого за завтрак	**497**	**10,20**	**14,11**	**58,22**	**427,33**	
II ЗАВТРАК						
Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,00	418
Итого за II завтрак	**180**	**0,90**	**0,00**	**18,18**	**76,00**	
ОБЕД						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	63
Котлеты рубленые из птицы	80	15,07	3,38	12,60	141,00	322
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Каша вязкая пшеничная	155	4,00	4,24	24,55	152,40	155
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	32	2,53	0,32	15,46	75,52	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	**767**	**26,31**	**16,49**	**100,69**	**660,19**	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Оладьи с повидлом	130	9,05	8,11	55,15	330,00	432
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	227
Печенье сахарное	42	3,15	6,72	29,00	189,00	
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	28	1,85	0,34	9,35	48,72	
Итого за полдник	**420**	**22,80**	**22,96**	**109,60**	**737,72**	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1864**	**60,20**	**53,55**	**286,69**	**1901,24**	