



МБОУ г. Керчи РК
«Школа-лицей имени Героя Советского Союза Е.И. Деминой»
Л.И. Тютюнник

05.03.2026

Неделя: 2 ДЕНЬ: 4 (четверг)						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК						
Каша молочная жидкая пшеничная	210	4,59	4,90	31,26	187,00	199
Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,00	3
Чай с сахаром	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	412
Итого за завтрак	467	11,39	13,37	60,85	408,00	
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						
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	45	3,56	0,45	21,74	106,20	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	745	21,27	9,78	95,35	556,34	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Запеканка из творога	90	15,79	10,85	15,44	222,30	251
Соус яблочный	30	0,03	0,03	5,11	20,79	380
Яблоки печеные с повидлом	120	0,48	1,27	15,08	181,20	403
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	26	1,72	0,31	8,68	45,24	
Итого за полдник	446	20,86	14,87	58,67	560,53	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1838	54,42	38,02	233,05	1600,87	