



МБОУ г. Керчи РК
 «Школа №1 имени Героя
 Советского Союза Е.И. Деминой»
 Л.И. Тютюнник

27.03.2026

Неделя: 1 ДЕНЬ: 5 (пятница)

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК						
Каша молочная жидкая пшеничная	210	4,59	1,31	31,26	187,00	199
Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,00	3
Чай с лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	412
Итого за завтрак	467	11,39	9,78	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 белокочанной капусты	45	0,63	2,28	3,89	38,66	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	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	52	4,11	0,52	25,12	122,72	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	697	21,09	16,99	97,69	630,45	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	34
Макаронны, 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	39	2,57	0,47	13,03	67,86	
Итого за полдник	429	18,20	19,01	49,83	444,20	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1773	51,58	45,78	226,54	1558,65	