



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

03.04.2026

**Неделя: 2 ДЕНЬ: 5 (пятница)**

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом	260	7,69	6,54	33,61	251,33	182
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	411
<b>Итого за завтрак</b>	<b>517</b>	<b>14,49</b>	<b>15,01</b>	<b>63,20</b>	<b>472,33</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>						
Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,00	418
<b>Итого за II завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,18</b>	<b>76,00</b>	
<b>ОБЕД</b>						
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
Птица тушеная	134	16,43	4,53	3,93	121,72	318
Каша вязкая пшеничная	155	4,00	4,24	24,55	152,40	182
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	46	3,63	0,46	22,22	108,56	
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	
<b>Итого за обед</b>	<b>810</b>	<b>28,68</b>	<b>16,34</b>	<b>98,69</b>	<b>660,42</b>	
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ</b>						
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	30	1,80	3,60	15,90	102,00	
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	34	2,24	0,41	11,36	59,16	
<b>Итого за полдник</b>	<b>414</b>	<b>21,84</b>	<b>19,91</b>	<b>98,51</b>	<b>661,16</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1921</b>	<b>65,91</b>	<b>51,26</b>	<b>278,58</b>	<b>1869,91</b>	