



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

**10.04.2026**

<b>Неделя: 1 ДЕНЬ: 5 (пятница)</b>						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>ЗАВТРАК</b>						
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
<b>Итого за завтрак</b>	<b>467</b>	<b>11,39</b>	<b>9,78</b>	<b>60,85</b>	<b>408,00</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>						
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	143	10,84	8,49	22,97	211,82	308
Соус сметанный	15	0,21	0,75	0,88	11,12	372
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,40	
<b>Итого за обед</b>	<b>623</b>	<b>16,66</b>	<b>14,75</b>	<b>78,26</b>	<b>513,63</b>	
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ</b>						
Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	34
Макароны, 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	36	2,38	0,43	12,02	62,64	
<b>Итого за полдник</b>	<b>426</b>	<b>18,01</b>	<b>18,97</b>	<b>48,82</b>	<b>438,98</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1696</b>	<b>46,96</b>	<b>43,50</b>	<b>206,12</b>	<b>1436,61</b>	