



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

14.04.2026

Неделя: 2 ДЕНЬ: 2 (вторник)						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,75	5,21	18,84	145,20	100
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	457	12,55	13,68	48,43	366,20	
II ЗАВТРАК						
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Итого за II завтрак	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
ОБЕД						
Салат из соленых огурцов с луком	60	0,51	3,06	1,56	35,88	20
Борщ с капустой с картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	63
Тефтели рыбные паровые	80	9,23	1,14	7,11	76,00	276
Соус белый основной	30	0,18	1,05	1,10	14,61	365
Рис отварной	155	3,65	5,37	36,68	209,70	332
Кисель из повидла	180	0,08	0,00	20,03	80,46	401
Хлеб пшеничный	48	3,79	0,48	23,18	113,28	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	783	20,87	15,39	109,87	664,13	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
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
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	339
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	33	2,18	0,40	11,02	57,42	
Итого за полдник	473	23,58	12,49	60,18	448,90	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1813	57,40	41,96	228,29	1523,23	