



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

16.04.2026

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 маслом	60	3,68	11,33	21,93	204,00	1
Чай с лимоном	180/10/7	0,06	0,02	9,99	40,00	412
Итого за завтрак	467	8,33	16,25	63,18	431,00	
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	43	3,40	0,43	20,77	101,48	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	743	21,11	9,76	94,38	551,62	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Запеканка из творога	98	17,19	11,81	16,81	242,06	251
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	227
Пряник	45	2,25	4,05	30,15	166,50	
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	24	1,58	0,29	8,02	41,76	
Итого за полдник	387	28,95	23,16	69,61	604,32	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1777	59,29	49,16	245,35	1662,94	