



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

24.04.2026

Неделя: 1 ДЕНЬ: 5 (пятница)						
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	165	12,51	9,80	26,50	244,41	308
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	53	4,19	0,53	25,60	125,08	
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	
<b>Итого за обед</b>	<b>678</b>	<b>21,46</b>	<b>15,86</b>	<b>98,88</b>	<b>626,68</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
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Хлеб пшеничный	36	2,84	0,36	17,39	84,96	
Хлеб ржаной	32	2,11	0,38	10,69	55,68	
<b>Итого за полдник</b>	<b>378</b>	<b>15,51</b>	<b>14,80</b>	<b>65,61</b>	<b>458,98</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1703</b>	<b>49,25</b>	<b>40,44</b>	<b>243,52</b>	<b>1569,66</b>	