



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

12.05.2026

Неделя: 2 ДЕНЬ: 2 (вторник)						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,75	5,21	18,84	145,20	100
Бутерброд с маслом	60	3,68	11,33	21,93	204,00	1
Чай с сахаром	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	412
<b>Итого за завтрак</b>	<b>457</b>	<b>9,55</b>	<b>16,56</b>	<b>50,97</b>	<b>390,20</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	60	0,84	3,04	5,19	51,54	21
Суп картофельный с пшеном	200	1,74	2,27	11,43	73,20	86
Рыба, тушеная с овощами	80	7,93	4,55	2,20	81,00	261
Кисель из повидла	180	0,08	0,00	20,03	80,46	401
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,40	
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	
<b>Итого за обед</b>	<b>595</b>	<b>16,06</b>	<b>10,68</b>	<b>69,86</b>	<b>441,50</b>	
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ</b>						
Оладьи с повидлом	110	7,66	6,86	46,67	279,23	432
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Молоко кипяченое	30	0,91	0,81	1,51	17,00	419
Хлеб пшеничный	36	2,84	0,36	17,39	84,96	
Хлеб ржаной	24	1,58	0,29	8,02	41,76	
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>13,40</b>	<b>8,72</b>	<b>83,38</b>	<b>466,95</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1532</b>	<b>39,90</b>	<b>35,96</b>	<b>222,39</b>	<b>1374,65</b>	