



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

Л.И.Тютюнник

11.06.2026

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 рисовая	210	2,17	3,89	27,45	154,00	199
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1
Чай с сахаром	180/10/7	0,06	0,02	9,99	40,00	412
Итого за завтрак	447	4,68	11,46	52,06	330,00	
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 свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,42	35,88	13
Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	63
Птица. тушеная в соусе с овощами	230	12,32	3,02	20,88	160,00	319
Соус сметанный	40	0,56	2,00	2,35	29,64	372
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,40	
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	
Итого за обед	790	20,99	13,50	92,51	573,22	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Огурец свежий порционный	40	0,36	0,00	0,98	5,67	
Птица отварная	142	29,96	19,31	0,00	292,87	317
Каша пшеничная вязкая	155	4,58	3,90	20,04	149,83	182
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за полдник	547	39,74	25,98	45,40	591,58	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1964	66,31	50,94	208,15	1570,80	