

Утверждаю:

Директор

ГКОУ «Серафимовичская ШИ»

Охрименко Р.В.



## Меню

Четверг (2) 14.05.2026 г

| №<br>реп | Завтрак                        | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |               |                | Энергетическая<br>Ценность<br>(ккал) |
|----------|--------------------------------|-----------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------------|
|          |                                |                 | Б                    | Ж             | У              |                                      |
| 311      | Каша рисовая молочная          | 200             | 4,916                | 5,65          | 22,174         | 159,3                                |
| 1        | Бутерброд с маслом             | 115             | 7,72                 | 11,675        | 48,795         | 337,15                               |
| 337      | Яйцо отварное                  | 1 шт.           | 5                    | 4,6           | 0,28           | 62,8                                 |
| 689      | Кофейный напиток с<br>молоком  | 200             | 5,106                | 5,642         | 19,193         | 144,68                               |
|          | <b>итого:</b>                  |                 | <b>22,742</b>        | <b>27,567</b> | <b>90,442</b>  | <b>703,93</b>                        |
|          | <b>2-ой завтрак</b>            |                 |                      |               |                |                                      |
| 698      | Ряженка 2,5%                   | 150/180         | 5,05                 | 4,35          | 7,31           | 93,96                                |
| п/п      | Батон                          | 50              | 3,85                 | 1,5           | 24,9           | 131                                  |
|          | <b>итого:</b>                  |                 | <b>8,9</b>           | <b>5,85</b>   | <b>32,21</b>   | <b>224,96</b>                        |
|          | <b>Обед</b>                    |                 |                      |               |                |                                      |
| 139      | Суп картофельный с<br>бобовыми | 250/250         | 5,934                | 6,33          | 20,044         | 162,78                               |
| 489      | Рагу из птицы                  | 150/180         | 16,032               | 26,85         | 18,344         | 330,4                                |
| 639      | Компот из смеси<br>сухофруктов | 200/200         | 0,5                  | 0             | 20,082         | 75,11                                |
|          | Хлеб пшеничный                 | 40/60           | 3,8                  | 0,4           | 24,3           | 114                                  |
|          | Хлеб ржано пшеничный           | 35/50           | 4,14                 | 0,72          | 25,44          | 128,4                                |
|          | <b>итого:</b>                  |                 | <b>30,406</b>        | <b>34,3</b>   | <b>108,21</b>  | <b>810,69</b>                        |
|          | <b>Полдник</b>                 |                 |                      |               |                |                                      |
| п/п      | Яблоки свежие                  | 185/185         | 0,74                 | 0,74          | 18,13          | 83,25                                |
|          | <b>итого:</b>                  |                 | <b>0,74</b>          | <b>0,74</b>   | <b>18,13</b>   | <b>83,25</b>                         |
|          | <b>Ужин</b>                    |                 |                      |               |                |                                      |
| 311      | Каша пшеничная молочная        | 200/200         | 5,816                | 6,11          | 21,194         | 162,9                                |
| 366      | Запеканка из творога           | 50/70           | 13,116               | 9,473         | 8,725          | 177,11                               |
|          | сметана 15%                    | 10/10           | 0,39                 | 2,25          | 0,54           | 24,3                                 |
| 685      | Чай с сахаром                  | 200/200         | 0,4                  | 0             | 10,118         | 40,08                                |
|          | Хлеб пшеничный                 | 40/60           | 3,8                  | 0,4           | 24,3           | 114                                  |
|          | Хлеб ржано пшеничный           | 35/50           | 4,14                 | 0,72          | 25,44          | 128,4                                |
|          | <b>итого:</b>                  |                 | <b>27,662</b>        | <b>18,953</b> | <b>90,317</b>  | <b>646,79</b>                        |
|          | <b>Сбалансировать</b>          |                 | <b>90,45</b>         | <b>87,41</b>  | <b>339,309</b> | <b>2469,62</b>                       |

Составила:

медицинская сестра

Тапилина А.Д.