

Утверждаю:

Директор

ГКОУ «Серафимовичская ШИ»

Охрименко Р.В.

## Меню

Понедельник (1) 18.05.2026 г

№ репс	Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
311	Каша геркулесовая молочная	200/200	6,136	6,69	21,034	164,3
3	Бутерброд с сыром и маслом	114/134	12,09	17,185	48,795	405,55
692	Кофейный напиток	200/200	0,206	0,042	11,966	46,97
	<b>итого:</b>		<b>18,43</b>	<b>23,92</b>	<b>81,80</b>	<b>616,82</b>
	<b>2 й завтрак</b>					
698	Ряженка 2,5%	150/180	5,05	4,35	7,31	93,96
п/п	Печенье	20/30	2,22	3	22,89	121,8
	<b>итого:</b>		<b>7,270</b>	<b>7,35</b>	<b>30,20</b>	<b>215,76</b>
	<b>Обед</b>					
140	Суп картофельный с макаронными изделиями	250/250	2,866	5,495	20,916	147,07
440	Говядина, тушенная с капустой	150/180	14,676	21,671	12,946	304,87
639	Компот из смеси сухофруктов	200/200	0,5	0	22,078	82,69
	Хлеб ржаной пшеничный	40/60	4,14	0,72	25,44	128,4
	Хлеб пшеничный	35/50	3,8	0,4	24,3	114
	<b>итого:</b>		<b>25,98</b>	<b>28,29</b>	<b>105,68</b>	<b>777,03</b>
	<b>Полдник</b>					
	Яблоко свежее	185	0,74	0	20,905	85,1
	<b>Итого:</b>		<b>0,74</b>	<b>0</b>	<b>20,905</b>	<b>85,1</b>
	<b>Ужин</b>					
374	Рыба, тушенная в томате с овощами	100/120	11,524	9,571	10,482	172,53
302	Каша пшенная вязкая	150/180	5,806	6,725	33,341	220,27
685	Чай с сахаром	200/200	0,4	0	11,116	43,87
	Хлеб ржаной пшеничный	40/60	4,14	0,72	25,44	128,4
	Хлеб пшеничный	35/50	3,8	0,4	24,3	114
	<b>итого:</b>		<b>25,67</b>	<b>17,416</b>	<b>104,679</b>	<b>679,07</b>
	<b>Сбалансировать:</b>		<b>78,09</b>	<b>77,71</b>	<b>340,48</b>	<b>2371,93</b>

Составила: медицинская сестра М.А. Тапилина А.Д.