Утверждаю:

Директор

ГКОУ «Серафимовичская ШИ»

_____ Охрименко Р.В.

Меню

Понедельник (2) 13.04.2026 г

№ Рец.	Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
311	**Каша манная молочная**	200/200	5,576	5,65	21,434	158,9
3	**Бутерброд с сыром и маслом**	114/134	12,09	17,185	48,795	405,55
692	**Кофейный напиток с молоком**	200/200	5,106	5,642	19,193	144,68
	итого:		**22,772**	**28,477**	**89,422**	**709,13**
	2-ой завтрак					
698	**Кефир 3,2%**	150/180	5,02	4,33	6,92	94
п/п	**Батон**	50/50	3,85	1,5	24,9	183
	итого:		**8,87**	**5,83**	**31,82**	**277**
	обед					
78	**Икра морковная**	60/100	2,844	9,087	13,842	143,97
135	**Суп из овощей**	250/250	2,445	5,33	14,598	116,95
443	**Плов**	150/180	13,756	18,528	23,734	318,28
639	**Компот из смеси сухофруктов**	200/200	0,5	0	22,078	82,69
	Хлеб пшеничный	40/60	3,8	0,4	24,3	114
.	Хлеб ржано пшеничный	35/50	4,14	0,72	25,44	128,4
	итого		**27,485**	**34,065**	**123,992**	**904,29**
	полдник					
698	Яблоки свежие	185/185	**0,74**	**0,74**	**18,13**	**83,25**
	Итого:		**0,74**	**0,74**	**18,13**	**83,25**
	ужин					
371	**Рыба припущенная**	90/100	9,888	4,536	2,002	88,18
216	**Картофель тушеный**	150/180	3,59	4,94	27,023	170,98
685	**Чай с сахаром**	200/200	0,4	0	12,126	47,66
	Хлеб пшеничный	40/60	3,8	0,4	24,3	114
	Хлеб ржано пшеничный	35/50	4,14	0,72	25,44	128,4
	итого:		**21,818**	**10,596**	**90,891**	**549,22**
	Сбалансировать:		**81,685**	**79,708**	**354,255**	**2468,59**

Составила: медицинская сестра _____ Тапилина А.Д.