



Утверждаю:

И.о. директора ГКОУ

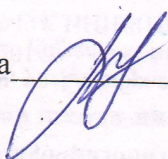
«Серафимовичская» ШИ

Любимова Н.И.

Меню

Суббота (1) 20.04.2024 г.-

№ реп	Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
311	Каша мол.манная	200	5,82	7,615	22,63	177,34
692	Кофейный напиток с молоком	200	0,3	0,072	10,12	39,78
1	Бутерброд	115	7,12	11,47	52,495	332,15
337	Яйцо отварное	1 шт.	5,08	4,64	0,28	62,8
	Итого:		18,32	23,797	85,525	612,07
	2 й завтрак					
698	Ряженка	174	5,046	4,35	7,308	93,96
п/п	Батон	0,05	3,96	1,65	28,9	183
	Итого:		13,12	6	36,208	276,96
	Обед					
135	Суп из овощей	250	2,35	3,68	15,87	103,11
374	Рыба тушеная в томате	80	16,97	13,17	2,268	210,46
215	Картофель туш. с луком	150	3,325	7,135	30,93	195,08
78	икра морковная	60	1,826	9,028	8,46	74,72
639	Компот из смеси сухофр.	200	0,48	0	20,18	78,35
	Хлеб ржано пшеничный	60	3,36	0,66	25,95	119,4
	Хлеб пшен.	42	3,8	0,3	26,15	116,5
	Итого:		32,111	33,973	129,808	897,62
	Полдник					
	Яблоки свежие	185	0,74	0	20,905	85,1
	итого:		0,74	0	20,905	85,1
	Ужин					
487	Курица отварная	60	18,234	18,4	0,89	241,86
332	Макаронны отварные	90	5,42	7,17	37,217	225,99
45	Квашеная капуста	50	0,36	3,99	0,81	42,26
685	Чай с сахаром	200	0,08	0	12,997	49,056
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,15	116,5
	Хлеб ржано пшеничный	60	3,36	0,66	25,95	119,4
	Итого:		31,254	30,52	104,014	795,066
	Сбалансировать:		95,545	94,29	376,46	2666,16

Составила: медицинская сестра  Воронкина В.Н.