

Утверждаю:

И.о. директора ГКОУ

«Серафимовичская» ШИ

Любимова Н.И.



## Меню

Четверг (2) 25.04. 2024 г

| №<br>реп | Завтрак                    | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |               |                | Энергетическая<br>Ценность<br>(ккал) |
|----------|----------------------------|-----------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------------|
|          |                            |                 | Б                    | Ж             | У              |                                      |
| 311      | Каша молочная геркулесовая | 200             | 5,91                 | 5,735         | 21             | 154,7                                |
| 689      | Кофейный напиток с молоком | 200             | 5,23                 | 4,442         | 18,39          | 130,78                               |
| 337      | Яйцо отварное              | 1 шт.           | 8,08                 | 4,64          | 0,28           | 62,8                                 |
| 1        | Бутерброд                  | 115             | 7,72                 | 11,47         | 52,495         | 332,15                               |
|          | <b>итого:</b>              |                 | <b>26,94</b>         | <b>26,287</b> | <b>92,165</b>  | <b>680,43</b>                        |
|          | <b>2-ой завтрак</b>        |                 |                      |               |                |                                      |
| 698      | Ряженка                    | 174             | 5,046                | 4,35          | 7,308          | 93,96                                |
|          | Батон                      | 50              | 4,96                 | 1,65          | 28,9           | 183                                  |
|          | <b>итого:</b>              |                 | <b>10,006</b>        | <b>6</b>      | <b>36,208</b>  | <b>276,96</b>                        |
|          | <b>Обед</b>                |                 |                      |               |                |                                      |
| 78       | морковная икра             | 60              | 1,826                | 6,028         | 4,36           | 74,72                                |
| 139      | Суп картофель с бобовыми   | 250             | 3,225                | 5,855         | 18,225         | 112,96                               |
| 489      | Рагу из курицы             | 180             | 23,46                | 25,08         | 20,81          | 390,97                               |
| 648      | Кисель из концентрата      | 200             | 0,06                 | 0             | 27,29          | 112,8                                |
|          | Хлеб пшеничный             | 50              | 3,8                  | 0,3           | 26,15          | 116,5                                |
|          | Хлеб ржано- пшеничный      | 60              | 3,36                 | 0,66          | 25,98          | 119,4                                |
|          | <b>итого:</b>              |                 | <b>35,731</b>        | <b>37,923</b> | <b>122,815</b> | <b>927,35</b>                        |
|          | <b>Полдник</b>             |                 |                      |               |                |                                      |
|          | Яблоки свежие              | 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>                |                 |                      |               |                |                                      |
| 45.      | Квашеная капуста           | 50              | 0,36                 | 4,99          | 0,81           | 51,25                                |
| 297      | Каша рассыпчатая рисовая   | 85              | 2,49                 | 4,56          | 27,125         | 152,71                               |
| 366      | Запеканка из творога       | 70              | 7,75                 | 12,158        | 7,77           | 274,96                               |
| 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          | 25,98          | 119,4                                |
|          | <b>итого:</b>              |                 | <b>17,84</b>         | <b>22,668</b> | <b>100,832</b> | <b>663,876</b>                       |
|          | <b>Сбалансировать :</b>    |                 | <b>91,257</b>        | <b>92,878</b> | <b>372,925</b> | <b>2633,716</b>                      |

Составила:

медицинская сестра

В.Н. Воронкина