

Утверждаю:
 Директор ГКОУ
 «Серафимовичская ШИ»
 Р.В. Охрименко

Меню

Вторник (2) 20.01.2026 г

№ реп	Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
311	Каша молочная манная	200\200	5,79	4,715	22,58	150,9
692	Кофейный напиток с молоком	200\200	0,3	0,072	18,39	130,78
337	Яйцо отварное	1 шт.	5,08	4,64	0,28	62,8
1	бутерброд	115\95	7,72	11,47	52,495	332,15
	Итого:		18,89	20,897	93,74 5	676,63
	2-ой завтрак					
693	Какао с молоком	200\200	5,22	4,58	18,584	132,876
п/п	Печенье	30\20	2,22	3	22,89	121,8
	итого:		7,44	7,58	41,474	254,676
	Обед					
78	Свекольная икра	100\60	1,96	1,99	11,48	169,98
138	Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	250\250	2,77	3,815	23,855	135,3
452	Котлета	100\90	22,29	10,79	0,09	260,08
332	Макароны отварные	180\150	0,05	5,07	30,09	146,27
639	Компот из смеси сухофруктов	200\200	0,48	0	18,18	70,87
	Хлеб пшеничный	60\40	3,8	0,3	26,15	116,5
	Хлеб ржано пшеничный	50\35	3,36	0,66	25,95	119,4
	итого		34,71	22,625	135,795	1018,4
	Полдник					
	Яблоки свежие	18\185	0,74	0	20,905	85,1
	Итого:		0,74	0	20,905	85,1
	Ужин					
49	Нарезка из свежей моркови	100\60	1,04	5,07	5,6	71,35
374	Рыба тушеная в томате	100\90	16,74	15,708	3,91	233,93
302	Каша вязкая пшеничная	180\150	4,48	4,73	24,78	153,41
685	Чай с сахаром	200\200	0,08	0	10,997	41,576
	Хлеб пшеничный	50\35	3,8	0,3	26,15	116,5
	Хлеб ржаной	60\40	3,36	0,66	25,95	119,4
	Итого:		29,5	26,468	97,387	636,166
	Сбалансировать:		91,28	87,57	389,306	2670,972

Составила:

медицинская сестра

В.Н. Воронкина