

Утверждаю:

Директор ГКОУ

«Серафимовичская ШИ»

Р.В. Охрименко

Меню

Пятница (2) 23.01.2026 г

№ реп	Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
311	Каша молочная пшениная	200\200	5,93	5,155	21,78	152,5
693	Какао с молоком	200\200	5,22	4,58	18,584	132,876
3	Бутерброд с сыром	134\114	12,09	16,98	52,495	400,55
	итого:		23,24	26,715	92,859	685,926
	2-ой завтрак					
685	Кефир	180\150	5,01	4,32	6,92	91,69
п/п	Печенье	30\20	2,22	3	22,89	121,8
	итого:		7,23	7,32	29,81	213,49
	Обед					
43	Нарезка из св. капусты	100\60	1,75	6	5,56	82,44
135	Суп из овощей	250\250	2,42	3,68	16,31	105,03
433	Мясо тушеное	100\90	12,12	10,464	4,195	159
297	Каша вязкая пшеничная	180\150	4,48	4,73	24,78	153,41
639	Компот из смеси сухофруктов	200\200	0,48	0	52,13	235,9
	Хлеб ржано пшеничный	60\40	3,36	0,66	25,98	119,4
	Хлеб пшеничный.	50\35	3,8	0,3	26,15	116,5
	итого:		28,41	25,834	155,105	971,68
	Полдник					
	Яблоки свежие	185\185	0,74	0	20,905	85,1
	итого:		0,74	0	20,905	85,1
	Ужин					
493	Курица тушеная в см.соусе	100\90	18,52	21,216	2,288	273,8
332	Макароны отварные	180\150	4,865	5,65	33,48	196,12
78	Икра морковная	100\60	0,4	6,99	0,9	69,93
685	Чай с сахаром	200\200	0,08	0	12,997	49,056
	Хлеб пшеничный	50\35	3,8	0,3	26,15	116,5
	Хлеб рж. пшеничный	60\40	3,36	0,66	25,95	119,4
	Итого:		31,025	34,816	101,765	824,806
	Сбалансировать:		90,645	94,685	400,444	2781,002

Составила:

медицинская сестра

В.Н. Воронкина