



Утверждаю:

И.о директора

ГКОУ «Серафимовичская ШИ»

Плющенко Н.С.

Меню

Четверг (1) 21.05.2026

№ рец	Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
311	Каша геркулесовая молочная	200/200	6,136	6,69	21,034	164,3
1	Бутерброд с маслом	95/115	7,72	11,675	48,795	337,15
337	Яйцо отварное	1 шт.	5	4,6	0,28	62,8
692	Кофейный напиток с молоком	200/200	5,106	5,642	19,193	144,68
	итого:		23,962	28,607	89,302	708,93
	2-ой завтрак					
698	Кефир 2,5%	150/180	5,02	4,33	6,92	91,7
п/п	Батон	50/50	3,85	1,5	24,9	131
	итого:		8,87	5,83	31,82	222,7
	Обед					
139	Суп картофельный с бобовыми	250/250	5,934	6,33	20,044	162,78
488	Птица, тушеная с овощами	150/180	15,791	24,875	24,511	388,511
648	Компот из смеси сухофруктов	200/200	0,5	0	21,08	78,9
	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:		30,165	32,325	115,375	872,591
	Полдник					
п/п	Яблоки свежие	185	0,74	0,74	18,13	83,25
	итого:		0,74	0,74	18,13	83,25
	Ужин					
п/п	Икра кабачковая	60/100	4,036	4,95	39,454	210,88
332	Макароньы отварные	150/180	1,87	4,99	10,94	94,55
358	Сырники из творога	45/75	8,568	9,157	14,04	186,07
	Сметана 15%	10/10	0,39	2,25	0,54	24,3
665	Чай с сахаром	200/200	0,4	0	11,116	43,87
	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:		7,94	1,12	49,74	839,18
	Сбалансировать:		71,677	68,622	304,367	2726,651

Составила: медицинская сестра Ива Тапилина А.Д.