

Утверждаю:

Директор

ГКОУ «Серафимовичская ШИ»

Охрименко Р.В.

Меню

Вторник (2) 22.09.2026 г

№ реп	Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
311	Каша пшеничная молочная	200/200	5,816	6,11	21,194	162,9
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 со сгущенным молоком	200/200	0,206	0,042	9,97	39,39
	итого:		18,742	22,427	80,239	602,24
	2-ой завтрак					
693	Какао с молоком	200/200	5,1904	5,81	15,5458	132,49
п/п	Печенье	20/30	2,22	3	22,89	121,8
	итого:		7,4104	8,81	38,4358	254,29
	Обед					
60	Салат из капусты с растительным маслом	100/100	2,721	9,066	13,755	146,67
138	Суп картофельный с крупой	250/250	2,756	5,495	20,596	145,37
374	Рыба, тушенная в томате с овощами	90/100	11,524	9,571	10,482	172,53
203	Картофель отварной	150/180	2,932	3,48	23,687	142,44
639	Компот из смеси сухофруктов	200/200	0,5	0	18,086	67,53
	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		28,373	28,732	136,346	916,94
	Полдник					
	Яблоки свежие	185/185	0,74	0,74	18,13	83,25
	Итого:		0,74	0,74	18,13	83,25
	Ужин					
п/п	Икра кабачковая	100/100	2,00	9,00	8,5	122
332	Макароны отварные	150/180	7,32	4,395	48,855	268,95
741	Ватрушка с творогом	50/70	9,5165	8,9572	30,2169	243,005
685	Чай с сахаром	200/200	0,4	0	12,126	47,66
	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:		27,1765	23,4722	149,438	924,015
	Сбалансировать:		82,441	84,181	422,58	2780,73

Составила: медицинская сестра Меле Тапилина А.Д.