

Зам. директора по УВР МБОУ Школа № 46 г.о. Самара

(дошкольное отделение)
(Пирогова Т.А.)

Меню 14.06.2022



№ рецеп т.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)				Вит-С
			Б	Ж	У	Кал	
	Завтрак						
13	Каша геркулесовая молочная	180	4,92	6,44	18,54	151,1	1,2
03	Бутерброд с маслом	35/5	3,57	4,46	23,24	151,15	-
383	Коф.напиток с молоком	180	4,68	5,6	21,13	158,96	1,34
	Второй завтрак						
338	10.00-сок фруктовый	100	0,9	0,2	9,5	40,0	3,2
	Итого		18,64	25,06	57,52	356,71	6,1
	Обед						
77	Икра кабачковая	50	0,98	3,05	4,57	50,62	4,8
82	Борщ из свежей капусты на кур.бул.со сметаной	200/7	5,83	7,88	17,01	1368,5	15,5
262	Омлет с отв. курами	150	18,3	19,74	3,78	263,4	0,9
02	Хлеб ржаной	40	3,7	0,7	27,8	127,0	
417	Компот из с/м смеси ягод	180	0,94	-	19,8	79,62	0,72
	Итого		23,39	22,61	105,83	730,83	78,02
	Полдник						
470	Пирожок печеный со св.яблоками	80	9,6	12,4	87,2	444,0	-
57	Кисель молочный	180	3,5	4,0	43,1	113,9	1,78
	Итого		16,28	8,69	42,72	321,31	7,22
	Ужин						
28	Огурец соленый порц.	40	0,4	0,05	0,8	5,25	3,5
128	Пюре картофельное	150	3,3	4,98	22,17	1849,0	-
01	Хлеб пшенич.	50	2,7	1,06	18,8	91,6	-
126	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,2	82,9	-
	Итого		14,44	17,36	53,09	432,35	234,5
	Итого за день		59,65	63,92	258,66	1781,2	323,7

Стоимость меню: 151,0 руб.