

И.о.зам. директора по УВР МБОУ Школа № 46 г. о. Самара
(дошкольное отделение)
(Пузикова Е.А.)



Меню 24.06.2022

№ рецеп т.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)				Вит-С
			Б	Ж	У	Кал	
	Завтрак						
14	Каша манная молочная	180	4,85	7,78	24,08	215,1	1,3
03	Бутерброд с маслом, сыром	40/510	3,57	4,46	23,24	151,15	-
382	какао с молоком	180	0,12	-	18,84	77,5	1,56
	Второй завтрак						
251	10.30- яблоки свежие	80	3,0	0,05	3,8	30,0	0,7
	Итого		22,55	18,33	50,76	422,14	2,86
	Обед						
88	Щи на кур.бул.со сметаной	200/7	4,31	8,55	8,2	127,3	13,85
82	Шницель рубленный из кур.. с маслом	60/5	13,6	15,5	5,57	191,3	0,03
194	Макаронные изделия отв. с маслом	130	4,64	4,08	30,77	181,3	0
02	Хлеб ржаной	40	3,7	0,7	27,8	127,0	
103	Напиток лимонный	180	0,13	0,01	10,42	42,5	5,6
	Итого		24,31	30,13	176,71	510,57	249,0
	Полдник						
445	Ватрушка с творогом	80	6,87	8,15	20,49	182,5	0,42
218	Кисель плод- ягодный	200	1,36	0	19,0	116,2	0
	Итого		20,56	17,75	51,93	452,85	5,2
	Ужин						
17	Каша гречневая с молоком	200	9,22	9,22	35,59	268,8	2,08
01	Хлеб пшенич	50	1,42	0,22	9,28	45,8	
251	Чай с сахаром	200	5,6	7,0	9,0	124,0	1,2
	Итого		13,42	17,58	41,77	389,15	78,0
	Итого за день		61,3	63,79	233,13	1827,46	335,4

Стоимость меню: 151,0 руб.