

Зам. директора по УВР МБОУ Школа № 46 г. о. Самара
(дошкольное отделение)
(Т.А.Пирогова)

Меню 04.07.2022

№ рецеп т.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)				Вит-С
			Б	Ж	У	Кал	
	Завтрак						
185	Каша молочная «Дружба»	180	5,97	7,93	25,67	200,6	1,4
03	Бутерброд с маслом	40/5	3,57	4,46	23,24	151,15	-
382	какао с молоком	180	0,12	-	18,84	77,5	1,56
	Второй завтрак						
101	Сок	80	0,5	-	9,1	38,0	2,0
	Итого		22,55	18,33	50,76	422,14	2,86
	Обед						
62	Салат из свеклы с зел.горошком	50	1,07	2,07	4,258	37,8	7,5
109	Суп картофельный с клецками на кур.бул.	180/20/7	5,41	2,76	15,31	139,8	11,5
208	Запеканка вермишелевая с отв. курами	180	12,34	12,57	8,92	178,4	1,66
02	Хлеб ржаной	40	3,7	0,7	27,8	127,0	-
218	Компот из свежих яблок	180	1,36	-	19,0	116,2	-
	Итого		24,31	30,13	176,71	510,57	249,0
	Полдник						
454	Булочка витая	70	6,65	8,74	41,96	266,6	10,56
385	Молоко кипяченое	180	5,6	6,4	9,4	116,0	2,6
	Итого		20,56	17,75	51,93	452,85	5,2
	Ужин						
77	Икра кабачковая	45	1,0	4,4	4,25	61,0	3,5
251	Омлет натуральный	120	10,1	12,74	3,78	167,8	0,91
01	Хлеб пшеничный	50	1,42	0,22	9,28	45,8	-
257	Напиток из шиповника	200	0,23	15,06	20,19	83,4	220,0
	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.