

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

Меню 24.08.2022

№ рецеп т.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)				Вит-С
			Б	Ж	У	Кал	
	Завтрак						
139	Пудинг творожно- яблочный	140	24,13	16,46	25,28	347,0	1,24
354	Соус сметанный	12	0,76	4,02	8,98	123,7	0,06
03	Бутерброд с маслом, сыром	40/5/10	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- ряженка	100	3,0	0,05	3,8	30,0	0,7
	Итого		22,55	18,33	50,76	422,14	2,86
	Обед						
24	Помидор свежий порц.	40	0,55	0,1	1,9	11,5	12,5
88	Щи из свежей капусты на кур. бул. со сметаной	200/7	4,31	8,55	8,2	127,3	13,8
235	Фрикадельки куриные с маслом	30/40	9,85	10,93	2,98	149,3	2,0
313	Каша гречневая с маслом	130	7,24	5,5	35,47	224,0	-
02	Хлеб ржаной	40	3,7	0,7	27,8	127,0	
105	Компот из свежих яблок	180	0,68	-	14,2	59,5	180
	Итого		24,31	30,13	176,71	510,57	249,0
	Полдник						
440	Крендель в сахаре	70	5,53	8,38	65,95	211,3	0,26
218	Кисель плодово- ягодный	140	1,36	-	29,0	116,2	-
	Итого		20,56	17,75	51,93	452,85	5,2
	Ужин						
173	Каша пшениная молочная	200	5,94	7,93	25,67	200,6	1,4
01	Хлеб пшеничный	50	1,42	0,22	9,28	45,8	-
251	Чай с молоком	200	2,8	3,2	15,7	99,7	1,3
	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