

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

(дошкольное отделение)
(Пирогова Т.А.)

Меню 02.05.2023

№ 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-яблоки свежие	100	0,9	0,2	9,5	40,0	3,2
	Итого		18,64	25,06	57,52	356,71	6,1
	Обед						
78	Огурец свежий порц.	50	0,98	3,05	4,57	50,62	50,62
104	Суп картофельный с пшеном 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 ягод	180	0,94	-	19,8	79,62	0,72
	Итого		23,39	22,61	105,83	730,83	78,02
	Полдник						
348	Пирожок печеный со св. яблоками	80	9,6	12,4	87,2	444,0	-
57	Кисель молочный	200	3,5	4,0	43,1	113,9	1,78
	Итого		16,28	8,69	42,72	321,31	7,22
	Ужин						
73	Икра кабачковая	50	14,34	7,98	6,0	153,5	1,8
304	Пюре картофельное	130	3,01	4,88	33,12	189,0	-
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: 179,0 руб.