

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



Меню 28.04.2022

№ реце пт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)				Вит- С
			Б	Ж	У	Кал	
	Завтрак						
185	Каша кукурузная молочная	180	5,06	7,68	25,03	190,1	1,56
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						
103	Суп картофельный с макаронными изд.на кур. бульоне	200/7	6,13	5,82	20,57	162,5	15,52
132	Капуста, тушенная с отв.курами	170/30	3,4	3,8	13,0	95,0	70,1
02	Хлеб ржаной	40	3,7	0,7	27,8	127,0	
103	Компот из с/м ягод	180	0,12	-	18,84	77,55	6,4
	Итого		23,39	22,61	105,83	730,83	78,02
	Полдник						
68	Гренки сладкие	50	5,65	11,43	48,44	298,5	0,36
400	Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	9,4	116,0	2,6
	Итого		16,28	8,69	42,72	321,31	7,22
	Ужин						
250	Соте рыбное	180	25,58	18,5	5,89	280,0	2,2
01	Хлеб пшенич.	50	2,7	1,06	18,8	91,6	
257	Напиток из шиповника	200	2,9	3,5	18,86	121,1	232,3 8
	Итого		14,44	17,36	53,09	432,35	234,5 8
	Итого за день		59,65	63,92	258,66	1781,2	323,7

Стоимость меню: 151,0 руб.