

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



Меню 04.05.2022

№ реце пт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)				Вит- С
			Б	Ж	У	Кал	
	<i>Завтрак</i>						
16	Суп молочный с макаронными	180,0	5,54	7,2	31,27	210,7	1,34
03	Бутерброд с маслом	35/5	3,59	4,46	23,24	151,15	
383	Какао с молоком	180	4,68	5,6	21,15	158,96	1,34
	Итого		19,56	23,1	62,91	569,71	2,68
	<i>Второй завтрак</i>						
101	Сок фруктовый	100	0,5	-	9,1	38,0	2,0
	<i>Обед</i>						
77	Икра кабачковая	50	1,0	4,99	5,15	71,7	2,2
82	Борщ из свежей капусты на кур. бул.	200/7	4,79	7,58	13,47	140,8	11,43
263	Омлет с отв. курами	150	19,3	20,64	4,03	257,2	0,9
02	Хлеб ржаной	40	3,7	0,7	27,0	127,0	
105	Компот из смеси ягод	180	0,19	0,11	10,9	44,0	22,0
	Итого		26,76	16,79	83,26	599,38	74,4
	<i>Полдник</i>						
440	Крендель в сахаре	70	5,53	8,38	64,95	211,3	0,26
385	Кисель плодово- ягодный	180	0,13	-	36,05	108,6	1,2
	Итого		9,57	11,09	61,56	372,88	5,8
	<i>Ужин</i>						
173	Каша пшеница молочная	200	5,94	7,93	25,67	200,6	1,4
01	Хлеб пшеничный	50	2,7	1,07	18,8	91,6	
377	Чай с сахаром	200	0,06	0,007	10,21	40,2	2,8
	Итого		7,98	11,29	68,92	412,17	4,17
	Итого за день		59,35	62,27	234,75	1794,14	120,7

Стоимость меню: 150,4