

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



Меню 31.10.2022

№ рецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)				Вит-С
			Б	Ж	У	Кал	
	<i>Завтрак</i>						
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
	<i>Второй завтрак</i>						
101	Яблоки свежие	80	0,5	-	9,1	38,0	2,0
	Итого		22,55	18,33	50,76	422,14	2,86
	<i>Обед</i>						
62	Салат из свежей капусты	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 с/м ягод	180	1,36	-	19,0	116,2	-
	Итого		24,31	30,13	176,71	510,57	249,0
	<i>Полдник</i>						
454	Пирожок печеный с картофелем	80	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
	<i>Ужин</i>						
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: 179,0 руб.