Директор МБОУ Школа № 46 г. о. Самара
(дошкольное отделение)
_____ (Иванова Л.А.)

Меню 27.06.2024

№ рецепт.	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	Яблоки свежие	100	0,9	0.2	9,5	40,0	13,2
	Итого		18.64	25.06	57,52	356,71	6,1
	Обед						
103	Суп картофельный с макаронными изд. на кур. бул. с зеленью	200/7	6,13	5,82	20,57	162,5	15,52
152	Капуста, тушенная с отв.курами	170/30	11,56	12,35	16,94	226,3	42,8
02	Хлеб ржаной	40	3.7	0,7	27,8	127,0	
103	Напиток лимонный	180	0,12	-	18,84	77,55	6,4
	Итого		23,39	22,61	105,83	730,83	78,02
	Полдник						
458	Ватрушка с повидлом	80	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	232,38
	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.