

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

Меню 16.09.2024



| № рецепт. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | | Вит-С |
|-----------|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | Кал | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 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 |
| | Второй завтрак | | | | | | |
| 101 | Яблоки свежие | 100 | 0,5 | - | 9,1 | 38,0 | 2,0 |
| | Итого | | 22,55 | 18,33 | 50,76 | 422,14 | 2,86 |
| | Обед | | | | | | |
| 38 | Салат из свеклы с зеленым горошком | 50 | 0,93 | 2,07 | 4,63 | 52,9 | 21,5 |
| 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 | Сок фруктовый | 180 | 1,36 | - | 19,0 | 116,2 | - |
| | Итого | | 24,31 | 30,13 | 176,71 | 510,57 | 249,0 |
| | Полдник | | | | | | |
| 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 |
| | Ужин | | | | | | |
| 77 | Икра кабачковая | 50 | 1,0 | 4,4 | 4,25 | 61,0 | 3,5 |
| 251 | Омлет натуральный | 130 | 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.