

Стоимость меню: 179,0 руб.

№ пере	Принимание пищи, блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)				Вит-С
			Б	Ж	У	Кал	
185	Каши кukuruzная 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
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 с картофельными с макаронными изд. на кур. бул. с зеленью	200/7	6,13	5,82	20,57	162,5	15,52
152	Капуста, тушеная 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	Варушка 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	232,3
	Итого		14,44	17,36	53,09	432,35	234,5
	Итого за день		59,65	63,92	258,66	1781,2	323,7

Меню 14.11.2024
 Директор МБОУ Школа № 46 г. о. Самара
 (почтальное отделение)
 Иванова Л.А.)

