

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



Меню 24.02.2025

| № рецепт. | Прием пищи, наименование блюда          | Масса порций | Пищевые вещества (г) |              |               |                | Вит-С        |
|-----------|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
|           |   |              | Б                    | Ж            | У             | Кал            |              |
|           | <b>Завтрак</b>                          |              |                      |              |               |                |              |
| 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         |
|           | <b>Второй завтрак</b>                   |              |                      |              |               |                |              |
| 101       | Яблоки свежие                           | 100          | 0,5                  | -            | 9,1           | 38,0           | 2,0          |
|           | Итого                                   |              | 22,55                | 18,33        | 50,76         | 422,14         | 2,86         |
|           | <b>Обед</b>                             |              |                      |              |               |                |              |
| 38        | Салат из свежей капусты                 | 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        |
|           | <b>Полдник</b>                          |              |                      |              |               |                |              |
| 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          |
|           | <b>Ужин</b>                             |              |                      |              |               |                |              |
| 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         |
|           | <b>Итого за день</b>                    |              | <b>61,3</b>          | <b>63,79</b> | <b>233,13</b> | <b>1827,46</b> | <b>335,4</b> |

Стоимость меню: 179,0 руб.