Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Г./

Согласовано

Начальник лагеря МБОУ Школа № г.о.Самара

МЕНЮ

На 14 июня 2024г.

Наименование блюд	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Запеканка из творога со сгущен.молоком	150/20гр.	23,72	17,95	45,44	438,90
Какао с молоком	200гр.	3,78	0,67	26,00	125,11
Фрукт Яблоко	120гр.	0,48	0,48	11,76	53,28
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего в завтрак:	560гр.	34,42	19,74	123,80	815,63
Обед:					
Салат из свежих помидоров и огурцов	75гр.	0,70	4,60	2,15	52,80
Борщ с капустой и картофелем с зеленью	250/10/3гр.	1,83	4,90	11,75	98,40
Бефстроганов из филе птицы	50/50гр.	12,13	14,81	2,00	190,00
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.	8,90	4,10	39,84	231,86
Напиток из плодов шиповника	200гр.	0,40	0,27	17,20	88,00
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
Всего в обед:	848гр.	28,01	29,31	102,25	800,17
Полдник:					
Кондитерское изделие печенье(фасовка)	100гр.	6,70	7,55	72,06	383,00
Чай с сахаром	200гр.	0,53		9,47	40,00
Всего в полдник:	300гр.	7,23	7,55	81,53	423,00
Всего за день:		69,66	56,60	307,58	2038,80
Стоимость: 270,91 руб.					

И.О Повар

Калькулятор