

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Савпкина О.Г.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 55

г.о. Самара

# МЕНЮ

5 - 11 классы

6 день 1 неделя

На 19 октября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		86,75				
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Оладьи с повидлом	150/20гр.		435,00	11,6	11,48	71,29
Кисломолочный продукт Йогурт	100гр.		66,88	5,13	1,88	7,38
Какао с молоком сгущенным	200гр.		138,40	3,67	2,6	25,08
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
<b>Всего в завтрак</b>	<b>550гр.</b>		<b>810,32</b>	<b>29,33</b>	<b>21,45</b>	<b>124,36</b>
обед:		121,46				
Огурец натуральный свежий	100гр.		14,10	0,8	0,1	2,50
Суп картофе. с фасолью и зеленью	250/3гр.		148,25	5,49	5,27	16,54
Рагу из птицы	50/200гр.		295,00	16,2	18,09	16,58
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	60гр.		140,28	4,74	0,60	28,98
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>893гр.</b>		<b>706,60</b>	<b>29,44</b>	<b>24,39</b>	<b>88,89</b>
полдник:		54,13				
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Бутерброд с повидлом	55гр.		156,00	2,40	3,87	27,83
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
<b>Всего в полдник</b>	<b>355гр.</b>		<b>240,40</b>	<b>3,33</b>	<b>4,27</b>	<b>47,10</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1757,32</b>	<b>62,10</b>	<b>50,11</b>	<b>260,35</b>

Зав. Производством

Калькулятор