

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Истекина О.Г.



Согласовано
Директор МБОУ Школа № 1

г.о. Самара



МЕНЮ

1 - 4 классы
5 день 1 недели

На 22 ноября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Масло сливочное		80,00				
Сыр порционно	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Каша вязкая молочная из риса и пшена	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Кондитер. изделие конфеты шоколадные	150/10гр.		189,81	2,59	12,03	17,77
Чай с сахаром	30гр.		52,00	1,50	0,04	11,36
Батон	200гр.		40,00	0,53		9,47
Итого в завтрак	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
обед:						
Икра кабачковая порционно	500гр.	105,00	645,87	16,72	25,91	85,13
Суп картоф. с макарон. изделиями, с зелен.	60гр.		41,55	0,61	2,91	3,24
Рыба тушеная с овощами	200/3гр.		128,90	2,15	2,27	14,00
Картофель отварной	50/50гр.		131,25	12,19	6,19	4,75
Напиток из плодов шиповника	150/5гр.		192,76	2,81	0,56	22,26
Хлеб пшеничный	180гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
Хлеб ржаной	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Всего в обед	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Итого в обед	758гр.		712,77	22,17	12,80	89,04
полдник:						
Бисквит		35,86				
Сок разливной	30гр.		129,00	1,30	5,40	18,90
Всего в полдник	150гр.		64,95	0,75	0,15	15,15
Всего за день	180гр.		193,95	2,05	5,55	34,05
Яблоко (витаминация)	100гр.	18,01	1552,59	40,94	44,26	208,22
			44,40	0,40	0,40	9,80

Зав. Производством

Калькулятор