

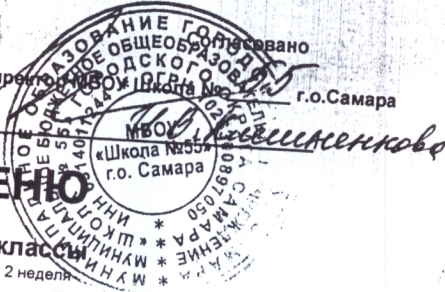
Утверждаю

Директор ООО «Мега-Сити»

Истепкина Ольга



Директор МБОУ «Школа №55» г.о. Самара



МЕНЮ

1 - 4 классы
3 день 2 недели

На 23 октября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
		80,00				
Огурец натуральный свежий	40гр.		4,80	0,28	0,04	0,76
Филе птицы с овощами в соусе	37/50гр.		122,40	9,55	8,01	2,81
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Чай с лимоном	180/10гр.		37,63	0,47		8,93
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	537гр.	595,03	25,64	12,79	92,94	
обед:						
		105,00				
Винегрет овощной	60гр.		82,72	0,97	3,72	5,34
Суп картоф. с крупой рисовой, с зелен.	200/3гр.		68,80	1,58	2,17	9,71
Котлета мясная с соусом	50/50гр.		312,00	8,38	10,02	9,15
Капуста тушеная	150гр.		258,24	4,35	12,00	33,21
Напиток из плодов шиповника	180гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	753гр.	940,07	19,69	28,78	102,20	
полдник:						
		35,86				
Кекс	50гр.		222,50	2,85	12,05	17,5
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	250гр.	262,50	3,38	12,05	26,97	
Всего за день		1797,60	48,71	53,62	222,11	
Сок (витаминизация)	100гр.	19,81	43,30	0,50	0,10	10,10

И.В.в. Производством

Калькулятор

Сергеев
Истепкина