

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г.

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 55

г.о. Самара

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЗНАК
КАЧЕСТВА

Серия 83
№ 195

МЕНЮ

5-11 классы

3 день 2 неделя

На 25 сентября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Огурец натуральный свежий	40гр.	86,75				
Филе птицы с овощами в соусе	37/50гр.		4,80	0,28	0,04	0,76
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		122,40	9,55	8,01	2,81
Чай с лимоном	200/10гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Батон	70гр.		41,60	0,53		9,87
Всего в завтрак	557гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
обед:						
Винегрет овощной		121,46				
Суп картоф. с крупой рисовой, с зелен.	100гр.		97,88	1,62	6,20	8,90
Котлета мясная с соусом	250/3гр.		85,75	1,97	2,71	12,11
Капуста тушеная	50/50гр.		312,00	8,38	10,02	9,15
Напиток из плодов шиповника	150гр.		258,24	4,35	12,00	33,21
Хлеб пшеничный	200гр.		88,00	0,40	0,27	17,20
Хлеб ржаной	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Всего в обед	863гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
полдник:						
Фрукт яблоко		54,13				
Курник	100гр.		44,40	0,4	0,4	9,8
Чай с молоком	60гр.		137,00	6	5,21	16,59
Всего в полдник	200гр.		159,00	2,31	10,02	15
Всего за день	360гр.		340,40	8,71	15,63	41,39
			1920,38	55,18	60,25	245,15

И.В. Зав. Производством

Калькулятор