

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.П.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 1

г.о. Самара

МЕНЮ

5 - 11 классы
5 день 2 неделя

На 29 ноября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Икра кабачковая порционно		86,75				
Плов из птицы	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Чай с сахаром	200/50гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
Батон	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в завтрак	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Обед:						
Салат из белокочанной капусты с морковью		121,46				
Суп картофель. с фрикадел. из птицы, с зелен.	100гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Котлета из минтая с соусом красным	20/250/3гр.		136,00	2,2	2,78	15,39
Пюре картофельное	60/50гр.		111,00	6,52	5,38	9,03
Компот из кураги	150гр.		213,73	3,08	2,33	19,13
Хлеб пшеничный	200гр.		114,80	1,3	0,08	44,68
Хлеб ржаной	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Всего в обед	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
полдник:						
Бисквит		54,13				
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)		18,01				
	100гр.		1727,35	49,19	38,98	257,55
			44,40	0,40	0,40	9,80

Зав. Производством

Калькулятор