

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г./

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 52 г.о.Самара  
Дошкольные группы

Преина И.Ю./

НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ЗНАК  
КАЧЕСТВА

Серия 63  
№ 105

# МЕНЮ

4 день

На 21 сентября 2023 г.

№п/п	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Масло сливочное	5гр.		33,00	0,04	3,63	0,07
2	Каша мол.пшениая с слив.масл.	150/5гр.		149,00	3,35	4,43	23,93
3	Чай с сахаром, молоком	200гр.		99,00	2,97	2,60	15,90
4	Батон	1/30 гр.		85,00	2,76	0,27	17,40
Всего в завтрак				366,00	9,12	10,93	57,30
10:30							
1	Фрукт (яблоко)	100гр.		44,00	0,40	0,40	9,80
Всего во 2 завтрак				410,00	9,52	11,33	67,10
<b>ОБЕД</b>							
1	Винегрет овощной	50гр.		47,00	0,68	3,09	4,22
2	Суп карт.с рисом с рыб.консер.,зел.	25/200/3гр.		134,00	6,88	6,72	11,47
3	Жаркое по-- домашнему	25/125гр.		181,00	18,35	4,70	16,32
4	Компот из изюма	200гр.		113,00	0,44	0,02	27,77
5	Хлеб пшеничный	1/28 гр.		66,00	2,21	0,28	13,52
6	Хлеб ржаной	1/30 гр.		52,00	1,98	0,36	10,02
Всего в обед				593,00	30,54	15,17	83,32
<b>ПОЛДНИК</b>							
1	Печенье	50гр.		181,00	3,39	6,98	26,07
2	Кисломолочный продукт (ряженка)	150 гр.		76,00	4,35	3,75	6,30
Всего в полдник				257,00	7,74	10,73	32,37
<b>УЖИН</b>							
1	Котлета из минтая с соусом красным	60/50гр.		111,00	6,52	5,38	9,03
2	Рис отварной	150гр.		210,00	3,65	5,37	36,68
3	Чай с сахаром, лимоном	200/10гр.		46,00	0,13	0,02	11,33
4	Хлеб пшеничный	1/28 гр.		66,00	2,21	0,28	13,52
Всего в ужин				433,00	12,51	11,05	70,56
Всего в день				1693,00	60,31	48,28	253,35
ИТОГО				179,00			

Зав. Производством

Калькулятор