

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г./

Согласовано

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

/Преина И.Ю./

## МЕНЮ

6 день

На 09 октября 2023 г.

НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ЗНАК  
КАЧЕСТВА

Серия БЗ  
№ 106

| №п/п           | Наименование блюд              | Выход      | Стоимость | Ккал    | Б(г)  | Ж(г)  | У(г)   |
|----------------|--------------------------------|------------|-----------|---------|-------|-------|--------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                |            |           |         |       |       |        |
| 1              | Масло сливочное                | 5 гр.      |           | 33,00   | 0,04  | 3,63  | 0,07   |
| 2              | Каша молочная рисовая          | 150/5гр.   |           | 146,00  | 2,05  | 3,77  | 26,02  |
| 3              | Какао с молоком                | 200гр.     |           | 119,00  | 4,08  | 3,54  | 17,58  |
| 4              | Батон                          | 1/40 гр.   |           | 113,33  | 3,68  | 0,37  | 23,20  |
|                | Всего в завтрак                | 400гр.     |           | 411,33  | 9,85  | 11,31 | 66,87  |
| <b>10:30</b>   |                                |            |           |         |       |       |        |
| 1              | Фрукт (яблоко)                 | 100гр.     |           | 44,00   | 0,40  | 0,40  | 9,80   |
|                | Всего во 2 завтрак             | 100гр.     |           | 455,33  | 10,25 | 11,71 | 76,67  |
| <b>ОБЕД</b>    |                                |            |           |         |       |       |        |
| 1              | Салат из свежих овощей         | 50гр.      |           | 36,95   | 0,55  | 3,02  | 1,89   |
| 2              | Суп карт. с клецками, зеленью  | 180/3гр.   |           | 67,55   | 1,62  | 2,60  | 9,37   |
| 3              | Бефстроганов из филе птицы     | 50/50гр.   |           | 156,00  | 11,77 | 10,78 | 2,93   |
| 4              | Гречневая каша с маслом        | 130/5гр.   |           | 188,13  | 9,24  | 6,86  | 22,37  |
| 5              | Компот из с/ф                  | 180гр.     |           | 101,70  | 0,39  | 0,02  | 24,99  |
| 6              | Хлеб пшеничный                 | 1/30 гр.   |           | 70,71   | 2,37  | 0,30  | 14,48  |
|                | Всего в обед                   | 678гр.     |           | 621,04  | 25,94 | 23,58 | 76,03  |
| <b>ПОЛДНИК</b> |                                |            |           |         |       |       |        |
| 1              | Крендель сахарный              | 70 гр.     |           | 259,00  | 4,96  | 9,19  | 39,02  |
| 2              | Кисломолочный продукт (снежок) | 180 гр.    |           | 67,19   | 5,40  | 1,80  | 7,20   |
|                | Всего в полдник                | 250гр.     |           | 326,19  | 10,36 | 10,99 | 46,22  |
| <b>УЖИН</b>    |                                |            |           |         |       |       |        |
| 1              | Колбаса вареная                | 30гр.      |           | 77,00   | 3,84  | 6,66  | 0,45   |
| 2              | Рагу овощное                   | 170гр.     |           | 188,13  | 2,59  | 12,46 | 16,37  |
| 3              | Чай с сахаром, лимоном         | 200/10 гр. |           | 46,00   | 0,13  | 0,02  | 11,33  |
| 4              | Хлеб пшеничный                 | 1/40 гр.   |           | 94,28   | 3,16  | 0,40  | 19,31  |
|                | Всего в ужин                   | 450гр.     |           | 405,41  | 9,72  | 19,54 | 47,46  |
|                | Всего в день                   |            |           | 1807,97 | 56,27 | 65,82 | 246,38 |
|                | <b>ИТОГО</b>                   |            |           | 179,00  |       |       |        |

Зав. Производством

Калькулятор