

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г./

Согласовано

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

Преина И.Ю./

# МЕНЮ

5 день

На 20 октября 2023 г.

НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ЗНАК  
КАЧЕСТВА

Серия 63  
№ 105

№п/п	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Сыр порционно	15гр.		40,50	3,48	4,43	
2	Суп молочный с вермешелью	150/5гр.		141,75	4,35	7,54	14,20
3	Кофейный напиток с молоком	200 гр.		101,00	3,17	2,68	15,96
4	Батон	1/40 гр.		113,33	3,68	0,37	23,20
	Всего в завтрак	410гр.		396,58	14,68	15,02	53,36
10:30							
1	Сок	100 гр.		43,30	0,50	0,10	10,10
	Всего во 2 завтрак			439,88	15,18	15,12	63,46
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат из моркови с яблоками	50гр.		41,00	0,43	2,61	3,94
2	Суп картофельный с горохом, зеленью	180/3гр.		102,68	4,17	4,01	12,42
3	Фрикадельки куриные с соусом	50/50гр.		139,75	7,61	8,39	8,40
4	Капуста тушеная	130/5гр.		137,00	2,75	8,45	12,53
5	Компот из кураги	180гр.		101,70	0,39	0,01	24,99
6	Хлеб пшеничный	1/20гр.		47,14	1,58	0,20	9,66
7	Хлеб ржаной	1/20 гр.		34,67	1,32	0,24	6,68
	Всего в обед	688гр.		603,94	18,25	23,91	78,62
<b>ПОЛДНИК</b>							
1	Сдоба обыкновенная	70гр.		197,40	5,43	3,30	36,61
2	Кисломолочный продукт (кефир)	180 гр.		90,00	5,22	4,50	7,20
	Всего в полдник	250гр.		287,40	10,65	7,80	43,81
<b>УЖИН</b>							
1	Яйцо вареное	40гр.		62,99	5,07	4,59	0,27
2	Пудинг из творога с яблок.,со сгущ.мол.	150/20гр.		308,96	20,12	15,77	21,63
3	Чай с сахаром	200гр.		44,00	0,07	0,02	11,10
4	Хлеб пшеничный	1/40 гр.		94,28	3,16	0,40	19,31
	Всего в ужин	450гр.		510,23	28,42	20,78	52,31
	Всего в день			1841,45	72,50	67,61	238,20
	<b>ИТОГО</b>			179,00			

Зав. Производством

Калькулятор