

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 БЗ
№ 105

МЕНЮ

10 день

На 10 ноября 2023 г.

№п/п	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
ЗАВТРАК							
1	Масло сливочное	5гр.		33,00	0,04	3,63	0,07
2	Каша молочная кукурузная	150/5гр.		162,00	12,49	5,43	106,57
3	Кофейный напиток с молоком	200гр.		101,00	3,17	2,68	15,96
4	Батон	1/40 гр.		113,33	3,68	0,37	23,20
Всего в завтрак		400гр.		409,33	19,38	12,11	145,80
10:30							
1	Фрукт (яблоко)	100гр.		44,00	0,40	0,40	9,80
Всего во 2 завтрак		100гр.		453,33	19,78	12,51	155,60
ОБЕД							
1	Винегрет овощной	50гр.		47,00	0,68	3,09	4,22
2	Суп картофельный с рисовой крупой	200/3гр.		73,00	1,58	2,19	11,66
3	Птица по- домашнему	150гр.		295,00	16,20	18,09	16,58
4	Компот из свежих ягод	180гр.		81,90	0,27	0,11	19,34
5	Хлеб пшеничный	1/30 гр.		70,71	2,37	0,30	14,48
Всего в обед		613гр.		567,61	21,10	23,78	66,28
ПОЛДНИК							
1	Булочка выборгская	70 гр.		253,40	4,75	9,77	36,49
2	Кисломолочный продукт (снежок)	180 гр.		67,19	5,40	1,80	7,20
Всего в полдник		250гр.		320,59	10,15	11,57	43,69
УЖИН							
1	Яйца вареные	40 гр.		62,99	5,07	4,59	0,27
2	Пудинг из творога с рисом	150/15 гр.		324,72	21,38	14,43	27,48
3	Чай с лимоном и сахаром	200/10гр.		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		455 гр.		527,99	29,74	19,44	58,39
Всего в день				1869,52	80,77	67,30	323,96
ИТОГО				179,00			

Зав. Производством

Калькулятор

