

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г.

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 52 г.о.Самара

Дошкольные группы

/Преина И.Ю./

МЕНЮ

10 день

На 26 января 2024 г.

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЗНАК
КАЧЕСТВА

Серия 63
№ 105

| №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) | 50гр. | | 22,00 | 0,20 | 0,20 | 4,90 |
| Всего во 2 завтрак | | | | 431,33 | 19,58 | 12,31 | 150,70 |
| 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 | 50 гр. | | 181,00 | 3,39 | 6,98 | 26,07 |
| 2 | Кисломолочный продукт (снежок) | 100 гр. | | 37,33 | 3,00 | 1,00 | 4,00 |
| Всего в полдник | | 150гр. | | 218,33 | 6,39 | 7,98 | 30,07 |
| УЖИН | | | | | | | |
| 1 | Пудинг из творога с рисом | 150/15 гр. | | 324,72 | 21,38 | 14,43 | 27,48 |
| 2 | Чай с лимоном и сахаром | 200/10гр. | | 46,00 | 0,13 | 0,02 | 11,33 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 1/40 гр. | | 94,28 | 3,16 | 0,40 | 19,31 |
| Всего в ужин | | 415 гр. | | 465,00 | 24,67 | 14,85 | 58,12 |
| Всего в день | | | | 1682,27 | 71,74 | 58,92 | 305,17 |
| ИТОГО | | | | 179,00 | | | |

Зав. Производством

Калькулятор