

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"

Согласовано

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

/Преина И.Ю. \_/

# МЕНЮ

9 день

На 22 февраля 2024 г.

НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ЗНАК  
КАЧЕСТВА

Серия 63  
№ 106

| №п/п               | Наименование блюд             | Выход    | Стоимость | Ккал    | Б(г)  | Ж(г)  | У(г)   |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|---------|-------|-------|--------|
| <b>ЗАВТРАК</b>     |                               |          |           |         |       |       |        |
| 1                  | Зеленый горошек консервиров.  | 30гр.    |           | 31,20   | 0,90  | 0,02  | 6,82   |
| 2                  | Омлет натуральный с маслом    | 125/5гр. |           | 239,91  | 11,50 | 20,59 | 2,30   |
| 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.   |           | 503,44  | 20,16 | 24,52 | 49,90  |
| <b>10:30</b>       |                               |          |           |         |       |       |        |
| 1                  | Сок                           | 50 гр.   |           | 21,65   | 0,25  | 0,05  | 5,05   |
| Всего во 2 завтрак |                               |          |           | 525,09  | 20,41 | 24,57 | 54,95  |
| <b>ОБЕД</b>        |                               |          |           |         |       |       |        |
| 1                  | Салат из свеклы               | 50гр.    |           | 47,00   | 0,71  | 3,04  | 4,18   |
| 2                  | Суп-лапша домашняя, с зел.    | 180/3гр. |           | 73,80   | 1,59  | 3,65  | 8,59   |
| 3                  | Котлета из говядины с соусом  | 50/50гр. |           | 117,00  | 7,82  | 6,10  | 8,43   |
| 4                  | Картофельное пюре             | 130/5гр. |           | 151,73  | 2,69  | 7,79  | 17,78  |
| 5                  | Компот из свеж. яблок         | 180гр.   |           | 88,20   | 0,14  | 0,14  | 21,49  |
| 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.   |           | 559,54  | 15,85 | 21,16 | 76,81  |
| <b>ПОЛДНИК</b>     |                               |          |           |         |       |       |        |
| 1                  | Пряник                        | 40гр.    |           | 149,33  | 2,59  | 3,28  | 27,32  |
| 2                  | Кисломолочный продукт (кефир) | 100 гр.  |           | 50,00   | 2,90  | 2,50  | 4,00   |
| Всего в полдник    |                               | 140гр.   |           | 199,33  | 5,49  | 5,78  | 31,32  |
| <b>УЖИН</b>        |                               |          |           |         |       |       |        |
| 1                  | Капуста тушеная               | 160гр.   |           | 128,00  | 3,34  | 5,93  | 15,34  |
| 2                  | Сосиска отварная              | 50гр.    |           | 130,00  | 5,50  | 11,95 | 0,20   |
| 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.   |           | 396,28  | 12,07 | 18,30 | 45,95  |
| Всего в день       |                               |          |           | 1680,24 | 53,82 | 69,81 | 209,03 |
| <b>ИТОГО</b>       |                               |          |           | 179,00  |       |       |        |

Зав. Производством

Калькулятор