

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г.

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЗНАК
КАЧЕСТВА

Серия 63
№ 105

Согласовано

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

/Прейна И.Ю./

МЕНЮ

5 день

На 15 марта 2024 г.

| №п/п | Наименование блюд | Выход | Стоимость | Ккал | Б(г) | Ж(г) | У(г) |
|--------------------|---|-----------|-----------|---------|-------|-------|--------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 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 | 50 гр. | | 21,65 | 0,25 | 0,05 | 5,05 |
| Всего во 2 завтрак | | | | 418,23 | 14,93 | 15,07 | 58,41 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 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 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 1 | Сдоба обыкновенная | 50гр. | | 141,00 | 3,88 | 2,36 | 26,15 |
| 2 | Кисломолочный продукт (кефир) | 100 гр. | | 50,00 | 2,90 | 2,50 | 4,00 |
| Всего в полдник | | 150 гр. | | 191,00 | 6,78 | 4,86 | 30,15 |
| УЖИН | | | | | | | |
| 1 | Пудинг из творога с яблок.,со сгущ.мол. | 150/20гр. | | 308,96 | 20,12 | 15,77 | 21,63 |
| 2 | Чай с сахаром | 200гр. | | 44,00 | 0,07 | 0,02 | 11,10 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 1/40 гр. | | 94,28 | 3,16 | 0,40 | 19,31 |
| Всего в ужин | | 410гр. | | 447,24 | 23,35 | 16,19 | 52,04 |
| Всего в день | | | | 1660,41 | 63,31 | 60,03 | 219,22 |
| ИТОГО | | | | 179,00 | | | |

Зав. Производством

Калькулятор