

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Истепкина О.Г.

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 52 г.о.Самара

Дошкольные группы

Преина И.Ю. /

НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ЗНАК  
КАЧЕСТВА

Серия 63  
№ 106

# МЕНЮ

7 день

На 19 марта 2024 г.

| №п/п               | Наименование блюд                     | Выход       | Стоимость | Ккал    | Б(г)  | Ж(г)  | У(г)   |
|--------------------|---------------------------------------|-------------|-----------|---------|-------|-------|--------|
| <b>ЗАВТРАК</b>     |                                       |             |           |         |       |       |        |
| 1                  | Масло сливочное                       | 5гр.        |           | 33,00   | 0,04  | 3,63  | 0,07   |
| 2                  | Сыр (порциями)                        | 15гр.       |           | 40,50   | 3,48  | 4,43  |        |
| 3                  | Каша молочная "Дружба"                | 150/5гр.    |           | 169,00  | 4,09  | 6,85  | 23,39  |
| 4                  | Чай с сахаром, молоком                | 200гр.      |           | 99,00   | 2,97  | 2,60  | 15,90  |
| 5                  | Батон                                 | 2/40 гр.    |           | 226,66  | 7,36  | 0,74  | 46,40  |
| Всего в завтрак    |                                       | 455гр.      |           | 568,16  | 17,94 | 18,25 | 85,76  |
| 10:30              |                                       |             |           |         |       |       |        |
| 1                  | Сок                                   | 50 гр.      |           | 21,65   | 0,25  | 0,05  | 5,05   |
| Всего во 2 завтрак |                                       |             |           | 589,81  | 18,19 | 18,30 | 90,81  |
| <b>ОБЕД</b>        |                                       |             |           |         |       |       |        |
| 1                  | Икра кабачковая                       | 50гр.       |           | 35,00   | 0,45  | 2,35  | 2,96   |
| 2                  | Щи из свеж.капусты со сметаной,зелен. | 180/10/3гр. |           | 65,62   | 1,34  | 3,77  | 6,55   |
| 3                  | Макаронник с мясом                    | 125/5гр.    |           | 243,36  | 14,19 | 9,10  | 26,04  |
| 4                  | Кисель                                | 180гр.      |           | 98,1    | 0,16  | 0,07  | 24,16  |
| 5                  | Хлеб пшеничный                        | 1/20гр.     |           | 47,14   | 1,58  | 0,20  | 9,66   |
| 6                  | Хлеб ржаной                           | 1/20 гр.    |           | 34,67   | 1,32  | 0,24  | 6,68   |
| Всего в обед       |                                       | 593гр.      |           | 523,89  | 19,04 | 15,73 | 76,05  |
| <b>ПОЛДНИК</b>     |                                       |             |           |         |       |       |        |
| 1                  | Печенье                               | 50гр.       |           | 181,00  | 3,39  | 6,98  | 26,07  |
| 2                  | Кисломолочный продукт (бифидок)       | 100 гр.     |           | 50,67   | 2,90  | 2,50  | 4,10   |
| Всего в полдник    |                                       | 150гр.      |           | 231,67  | 6,29  | 9,48  | 30,17  |
| <b>УЖИН</b>        |                                       |             |           |         |       |       |        |
| 1                  | Филе птицы тушеное с соусом           | 37/50гр.    |           | 122,40  | 9,55  | 8,01  | 2,81   |
| 2                  | Каша пшеничная с маслом               | 150/5гр.    |           | 145,00  | 3,21  | 3,83  | 24,41  |
| 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       |                                       | 482гр.      |           | 405,68  | 15,99 | 12,26 | 57,63  |
| Всего в день       |                                       |             |           | 1751,05 | 59,51 | 55,77 | 254,66 |
| <b>ИТОГО</b>       |                                       |             |           | 179,00  |       |       |        |

Зав. Производством

Калькулятор