

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"  
/Степана О.Г./

Согласовано  
Директор МБОУ Школа № \_\_\_\_\_ г.о.Самара



# МЕНЮ

5 - 11 классы  
1 день 1 неделя

На 14 октября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		86,75				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Каша жидкая молочная пшенная	200/10гр.		285,00	7,51	11,72	37,05
Кофейный напиток с молоком	200гр.		100,60	3,17	2,68	15,95
Фрукт яблоко	150гр.		81,00	1,92	0,42	17,36
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>640гр.</b>		<b>730,66</b>	<b>19,14</b>	<b>22,66</b>	<b>111,09</b>
обед:		121,46				
Салат из белокочан. капусты с морковью	100гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Суп картофельный с бобовыми, с зелен.	250/3гр.		148,25	5,49	5,27	16,54
Плов из филе птицы	50/200гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
Компот из смеси сухофруктов	200гр.		132,80	1,16	0,30	47,26
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>863гр.</b>		<b>965,95</b>	<b>33,21</b>	<b>25,36</b>	<b>146,30</b>
полдник:		54,13				
Сосиска в тесте	110гр.		271,00	9,60	13,84	26,90
Сок яблочный	240гр.		103,92	1,20	0,24	24,24
<b>Всего в полдник</b>	<b>350гр.</b>		<b>374,92</b>	<b>10,80</b>	<b>14,08</b>	<b>51,14</b>
<b>Всего за день</b>			<b>2071,53</b>	<b>63,15</b>	<b>62,1</b>	<b>308,53</b>

52

Зав. Производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_