

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"

Степкина О.Г.



Директор МБОУ Школа №

Согласовано

г.о. Самара



# МЕНЮ

1 - 4 классы  
5 день 1 недели

На 18 октября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
		80,00				
завтрак:			65,72	0,10	7,20	0,13
Масло сливочное	10гр.		71,66	4,64	5,90	
Сыр порционнно	20гр.		189,81	2,59	12,03	17,77
Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.		52,00	1,50	0,04	11,36
Кондитер.изделие конфеты шоколадные	30гр.		40,00	0,53		9,47
Чай с сахаром	200гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Батон	80гр.		645,87	16,72	25,91	85,13
<b>Итого в завтрак</b>	500гр.					
		105,00				
обед:			41,55	0,61	2,91	3,24
Икра кабачковая порционнно	60гр.		128,90	2,15	2,27	14,00
Суп картоф. с макарон.изделиями,с зелен.	200/3гр.		131,25	12,19	6,19	4,75
Рыба тушенная с овощами	50/50гр.		192,76	2,81	0,56	22,26
Картофель отварной	150/5гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
Напиток из плодов шиповника	180гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб пшеничный	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Хлеб ржаной	30гр.		712,77	22,17	12,80	89,04
<b>Всего в обед</b>	758гр.					
		35,86				
полдник:			370,00	7,08	13,14	55,74
Плюшка Московская	100гр.		86,60	1,00	0,20	20,20
Сок яблочный	200гр.		456,60	8,08	13,34	75,94
<b>Всего в полдник</b>	300гр.		1815,24	46,97	52,05	250,11
<b>Всего за день</b>	100гр.	19,81	43,30	0,50	0,10	10,10
Сок (витаминаизация)						

Зав. Производством

Калькулятор