

Утверждаю

Директор ООО "Мега-Сити С"

Степкина О.Г.

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 52 г.о.Самара

Дошкольные группы

/Преина И.Ю./



# МЕНЮ

4 день

На 07 ноября 2024 г.

| №п/п               | Наименование блюда                  | 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                  | Каша молочная пшеница с слив.масл.  | 150/5гр.    |           | 149,00  | 3,35  | 4,43  | 23,93  |
| 3                  | Чай с сахаром, молоком              | 180гр.      |           | 89,10   | 2,67  | 2,34  | 14,31  |
| 4                  | Батон                               | 1/40 гр.    |           | 113,33  | 3,68  | 0,37  | 23,20  |
| Всего в завтрак    |                                     | 380гр.      |           | 384,43  | 9,74  | 10,77 | 61,51  |
| 10:30              |                                     |             |           |         |       |       |        |
| 1                  | Фрукт (яблоко)                      | 50гр.       |           | 22,00   | 0,20  | 0,20  | 4,90   |
| Всего во 2 завтрак |                                     |             |           | 406,43  | 9,94  | 10,97 | 66,41  |
| <b>ОБЕД</b>        |                                     |             |           |         |       |       |        |
| 1                  | Винегрет овощной                    | 50гр.       |           | 47,00   | 0,68  | 3,09  | 4,22   |
| 2                  | Суп карт.с рисом с рыб.консер.,зел. | 25/180/3гр. |           | 122,25  | 6,28  | 6,13  | 10,46  |
| 3                  | Жаркое по-- домашнему               | 25/125гр.   |           | 181,00  | 18,35 | 4,70  | 16,32  |
| 4                  | Компот из изюма                     | 180гр.      |           | 101,70  | 0,40  | 0,01  | 24,99  |
| 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       |                                     | 628гр.      |           | 533,76  | 28,61 | 14,37 | 72,33  |
| <b>ПОЛДНИК</b>     |                                     |             |           |         |       |       |        |
| 1                  | Печенье                             | 50гр.       |           | 181,00  | 3,39  | 6,98  | 26,07  |
| 2                  | Кисломолочный продукт (ряженка)     | 100 гр.     |           | 42,22   | 2,42  | 2,08  | 3,50   |
| Всего в полдник    |                                     | 150 гр.     |           | 223,22  | 5,81  | 9,06  | 29,57  |
| <b>УЖИН</b>        |                                     |             |           |         |       |       |        |
| 1                  | Котлета из минтая с соусом красным  | 50/50гр.    |           | 111,00  | 6,52  | 5,38  | 9,03   |
| 2                  | Рис отварной                        | 150гр.      |           | 210,00  | 3,65  | 5,37  | 36,68  |
| 3                  | Чай с сахаром, лимоном              | 200/10гр.   |           | 46,00   | 0,13  | 0,02  | 11,33  |
| 4                  | Хлеб пшеничный                      | 1/40 гр.    |           | 94,28   | 3,16  | 0,40  | 19,31  |
| Всего в ужин       |                                     | 500гр.      |           | 461,28  | 13,46 | 11,17 | 76,35  |
| Всего в день       |                                     |             |           | 1624,69 | 57,82 | 45,57 | 244,66 |
| ИТОГО              |                                     |             |           | 179,00  |       |       |        |

Зав. Производством

Калькулятор