

Утверждаю

Директор ООО «Метастудент»  
И.С. Галиева, О.Г.



Согласовано  
Директор МБОУ Школа № 12 г.о.Самара



## МЕНЮ

5 - 11 классы  
5 день 1 неделя

На 08 ноября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>завтрак:</b>						
Масло сливочное		86,75				
Сыр порционнo	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Каша вязкая молочная из риса и пшена	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Кондитер.изделие конфеты шоколадные	200/10гр.		249,12	3,40	15,80	23,33
Чай с сахаром	30гр.		52,00	1,50	0,04	11,36
Батон	200гр.		40,00	0,53		9,47
<b>Итого в завтрак</b>	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
<b>обед:</b>						
Икра кабачковая порционнo	550гр.		705,18	17,53	29,68	90,69
Икра кабачковая порционнo	100гр.	121,46				
Суп картоф. с макарон.изделиями,с зелен.	100гр.		69,26	1,02	4,86	5,40
Суп картоф. с макарон.изделиями,с зелен.	250/3гр.		128,25	2,69	2,84	17,46
Рыба тушеная с овощами	50/50гр.		131,25	12,19	6,19	4,75
Картофель отварной	160/5гр.		178,59	3,00	0,60	23,70
Напиток из плодов шиповника	200гр.		88,00	0,40	0,27	17,20
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>	878гр.		734,46	23,35	15,39	97,82
<b>полдник:</b>						
Бисквит		54,13				
Бисквит	30гр.		129,00	1,30	5,40	18,90
Сок разливной	150гр.		64,95	0,75	0,15	15,15
<b>Всего в полдник</b>	180гр.		193,95	2,05	5,55	34,05
<b>Всего за день</b>			1633,59	42,93	50,62	222,56
Яблоко (витаминизация)	100гр.	18,01	44,40	0,40	0,40	9,80

Зав. Производством

Калькулятор

*[Signature]*