

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"
(Степанин О.Г.)



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 52 г.о. Самара
Допольные группы
(Преина И.Ю.)



МЕНЮ

9 день
На 14 ноября 2024 г.

№п/п	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
ЗАВТРАК							
1	Зеленый горошек консервиров.	30гр.		31,20	0,90	0,02	6,82
2	Омлет натуральный с маслом	125/5гр.		239,91	11,50	20,59	2,30
3	Какао с молоком	200гр.		119,00	4,08	3,54	17,58
4	Батон	1/40 гр.		113,33	3,68	0,37	23,20
Всего в завтрак		400гр.		503,44	20,16	24,52	49,90
10:30							
1	Сок	50 гр.		21,65	0,25	0,05	5,05
Всего во 2 завтрак				525,09	20,41	24,57	54,95
ОБЕД							
1	Салат из свеклы	50гр.		47,00	0,71	3,04	4,18
2	Суп-лапша домашняя, с зел.	180/3гр.		73,80	1,59	3,65	8,59
3	Котлета из говядины с соусом	50/50гр.		117,00	7,82	6,10	8,43
4	Картофельное пюре	130/5гр.		151,73	2,69	7,79	17,78
5	Компот из свеж. яблок	180гр.		88,20	0,14	0,14	21,49
6	Хлеб пшеничный	1/20гр.		47,14	1,58	0,20	9,66
7	Хлеб ржаной	1/20 гр.		34,67	1,32	0,24	6,68
Всего в обед		688гр.		559,54	15,85	21,16	76,81
ПОЛДНИК							
1	Пряник	40гр.		149,33	2,59	3,28	27,32
2	Кисломолочный продукт (кефир)	100 гр.		50,00	2,90	2,50	4,00
Всего в полдник		140гр.		199,33	5,49	5,78	31,32
УЖИН							
1	Капуста тушеная	160гр.		128,00	3,34	5,93	15,34
2	Сосиска отварная	50гр.		130,00	5,50	11,95	0,20
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		450гр.		396,28	12,07	18,30	45,95
Всего в день				1680,24	53,82	69,81	209,03
ИТОГО				179,00			

Зав. Производством

Калькулятор