

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"  
Истепкина О.Г.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 63 г. Самара



# МЕНЮ

1 - 4 классы  
5 день 2 неделя

На 15 ноября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>		<b>80,00</b>				
Икра кабачковая порционно	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Плов из птицы	37,5/150гр.		338,75	15,88	9,81	33,50
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>507,5гр.</b>		<b>611,72</b>	<b>23,36</b>	<b>12,88</b>	<b>86,27</b>
<b>Обед:</b>		<b>105,00</b>				
Салат из белокочанной капусты с морковью	60гр.		56,47	0,79	3,64	5,11
Суп картофель. с фрикадел. из птицы, с зелен	20/200/3гр.		111,09	1,79	2,27	12,57
Котлета из минтая с соусом красным	50/40гр.		90,81	5,33	4,4	7,38
Пюре картофельное	150гр.		213,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	180гр.		103,32	1,17	0,07	40,21
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>763гр.</b>		<b>714,53</b>	<b>16,21</b>	<b>13,34</b>	<b>113,71</b>
<b>полдник:</b>		<b>35,86</b>				
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>	<b>180гр.</b>		<b>193,95</b>	<b>2,05</b>	<b>5,55</b>	<b>34,05</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1520,2</b>	<b>41,62</b>	<b>31,77</b>	<b>234,03</b>
Яблоко (витаминизация)	100гр.	18,01	44,40	0,40	0,40	9,80

Зав. Производством

Калькулятор

*(Handwritten signatures)*