

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С" *И. Степкина*

г.о. Самара



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 10

г.о. Самара

МЕНЮ

1 - 4 классы
2 день 2 недели

На 26 ноября 2024 г.

| Наименование блюд | Выход | Стоимость | Ккал | Б(г) | Ж(г) | У(г) |
|--------------------------------|-------------|-----------|---------|-------|--------|--------|
| завтрак: | | | | | | |
| Масло сливочное | | 80,00 | | | | |
| Колбаса вареная | 10гр. | | 65,72 | 0,10 | 7,20 | 0,13 |
| Макаронные изделия отварные | 50гр. | | 84,00 | 6,78 | 6,27 | |
| Кондитерское изделие печенье | 150гр. | | 201,90 | 5,10 | 7,50 | 28,50 |
| Кофейный напиток с молоком | 30гр. | | 114,00 | 1,44 | 6,78 | 13,56 |
| Батон | 200гр. | | 113,00 | 2,94 | 1,99 | 20,92 |
| Всего в завтрак | 70гр. | | 198,34 | 6,44 | 0,64 | 40,60 |
| обед: | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной | 510гр. | 105,00 | 776,96 | 22,80 | 30,38 | 103,71 |
| Солянка со сметаной, с зеленью | 60гр. | | 55,68 | 0,85 | 3,61 | 4,95 |
| Тефтели из птицы с соусом | 200/10/3гр. | | 211,17 | 5,85 | 4,13 | 15,22 |
| Пюре из гороха с маслом | 50/40гр. | | 109,63 | 5,85 | 8,12 | 3,31 |
| Чай с сахаром | 150гр. | | 285,00 | 13,64 | 6,86 | 35,03 |
| Хлеб пшеничный | 180гр. | | 36,00 | 0,44 | | 8,52 |
| Хлеб ржаной | 30гр. | | 70,14 | 2,37 | 0,30 | 14,49 |
| Всего в обед | 30гр. | | 68,97 | 1,68 | 0,33 | 14,82 |
| Всего в обед | 753гр. | | 836,59 | 30,68 | 23,35 | 96,34 |
| полдник: | | | | | | |
| Кольцо песочное | | 35,86 | | | | |
| Кисель | 50гр. | | 7,90 | 26,50 | 49,40 | 468,00 |
| Всего в полдник | 200гр. | | 145,08 | 0,24 | 0,12 | 35,76 |
| Всего за день | 250гр. | | 152,98 | 26,74 | 49,52 | 503,76 |
| | | | 1766,53 | 80,22 | 103,25 | 703,81 |

Зав. Производством

Калькулятор

Степкина