

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г.



Согласовано

Директор МБОУ Школа №

г.о. Самара



# МЕНЮ

5 - 11 классы  
5 день 2 неделя

На 29 ноября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>						
Икра кабачковая порционно	50гр.	86,75				
Плов из птицы	200/50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Чай с сахаром	200гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
Батон	70гр.		40,00	0,53		9,47
<b>Всего в завтрак</b>	<b>570гр.</b>		<b>198,34</b>	<b>6,44</b>	<b>0,64</b>	<b>40,60</b>
<b>Обед:</b>						
Салат из белокочанной капусты с морковью	100гр.	121,46				
Суп картофель. с фрикадел. из птицы, с зелен.	20/250/3гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Котлета из минтая с соусом красным	60/50гр.		136,00	2,2	2,78	15,39
Пюре картофельное	150гр.		111,00	6,52	5,38	9,03
Компот из кураги	200гр.		213,73	3,08	2,33	19,13
Хлеб пшеничный	30гр.		114,80	1,3	0,08	44,68
Хлеб ржаной	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
<b>Всего в обед</b>	<b>893гр.</b>		<b>68,97</b>	<b>1,68</b>	<b>0,33</b>	<b>14,82</b>
<b>полдник:</b>						
Бисквит		54,13				
Сок разливной	30гр.		129,00	1,30	5,40	18,90
<b>Всего в полдник</b>	<b>150гр.</b>		<b>64,95</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>
<b>Всего за день</b>	<b>180гр.</b>		<b>193,95</b>	<b>2,05</b>	<b>5,55</b>	<b>34,05</b>
Яблоко (витаминизация)	100гр.	18,01	44,40	0,40	0,40	9,80

Зав. Производством

Калькулятор