

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"

Степкина О.А.

Согласовано

Директор ИСОУ Школа № 52

г.о. Самара



# МЕНЮ

1-4 классы  
3 день 2 неделя

На 22 января 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		85,00				
Огурец натуральный соленый	40гр.		4,00	0,32	0,04	0,68
Филе птицы с овощами в соусе	37/50гр.		122,40	9,55	8,01	2,81
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Чай с лимоном	180/10гр.		37,63	0,47		8,93
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>537гр.</b>		<b>594,23</b>	<b>25,68</b>	<b>12,79</b>	<b>92,86</b>
обед:		110,17				
Винегрет овощной	60гр.		82,72	0,97	3,72	5,34
Суп картоф. с крупой рисовой, с зелен.	200/3гр.		68,80	1,58	2,17	9,71
Котлета мясная с соусом	50/50гр.		312,00	8,38	10,02	9,15
Капуста тушеная	150гр.		258,24	4,35	12,00	33,21
Напиток из плодов шиповника	180гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
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>753гр.</b>		<b>940,07</b>	<b>19,69</b>	<b>28,78</b>	<b>102,20</b>
полдник:		37,83				
Кекс	50гр.		222,50	2,85	12,05	17,5
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
<b>Всего в полдник</b>	<b>250гр.</b>		<b>262,50</b>	<b>3,38</b>	<b>12,05</b>	<b>26,97</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1796,80</b>	<b>48,75</b>	<b>53,62</b>	<b>222,03</b>

Зав. Производством

Калькулятор