

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"
Степкина О.Е.



Составлено

Директор МБОУ Школа № 62 г.о. Самара
Дошкольная группа
Прейна И.Ю.



МЕНЮ

5 день

На 24 января 2025 г.

№п/п	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
ЗАВТРАК							
		15гр.		40,50	3,48	4,43	
1	Сыр порционный			141,75	4,35	7,54	14,20
2	Суп молочный с вермшелью	150/5гр.		101,00	3,17	2,68	15,96
3	Кофейный напиток с молоком	200 гр.		113,33	3,68	0,37	23,20
4	Батон	1/40 гр.					
	Всего в завтрак	410гр.		396,58	14,68	15,02	53,36
10:30							
1	Сок	50 гр.		21,65	0,25	0,05	5,05
	Всего во 2 завтрак			418,23	14,93	15,07	58,41
ОБЕД							
1	Салат из белокачанной капусты	30гр.		22,17	0,33	1,81	1,13
2	Суп картофельный с горохом, зеленью	180/3гр.		102,68	4,17	4,01	12,42
3	Фрикадельки куриные с соусом	50/50гр.		139,75	7,61	8,39	8,40
4	Капуста тушеная	130/5гр.		137,00	2,75	8,45	12,53
5	Компот из кураги	180гр.		101,70	0,39	0,01	24,99
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.		585,11	18,15	23,11	75,81
ПОЛДНИК							
1	Сдоба обыкновенная	50гр.		141,00	3,88	2,36	26,15
2	Кисломолочный продукт (кефир)	100 гр.		50,00	2,90	2,50	4,00
	Всего в полдник	150 гр.		191,00	6,78	4,86	30,15
УЖИН							
1	Пудинг из творога с яблок., со сгущ. мол.	150/20гр.		308,96	20,12	15,77	21,63
2	Чай с сахаром	200гр.		44,00	0,07	0,02	11,10
3	Хлеб пшеничный	1/40 гр.		94,28	3,16	0,40	19,31
	Всего в ужин	410гр.		447,24	23,35	16,19	52,04
	Всего в день			1641,58	63,21	59,23	216,41
	ИТОГО			179,00			

Зав. Производством

Калькулятор