

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"
(Степкина О.С.)



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 1 г.о. Самара



МЕНЮ

5 - 11 классы

4 день 1 неделя

На 13 февраля 2025 г.

| Наименование блюд | Выход | Стоимость | Ккал | Б(г) | Ж(г) | У(г) |
|---|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| завтрак: | | 91,52 | | | | |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 150/15гр. | | 426,00 | 23,03 | 17,42 | 44,10 |
| Кофейный напиток с молоком | 200гр. | | 113,00 | 2,94 | 1,99 | 20,92 |
| Фрукт яблоко или сок | 100гр. | | 44,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 |
| Батон | 80гр. | | 226,68 | 7,36 | 0,74 | 46,40 |
| Всего в завтрак | 545гр. | | 810,08 | 33,73 | 20,55 | 121,22 |
| обед: | | 128,14 | | | | |
| Салат картоф.с солен.огур.и зел.горошком | 100гр. | | 99,50 | 1,75 | 6,18 | 9,25 |
| Щи из свежей капусты с картоф.с зеленью | 250/10/3гр. | | 89,75 | 1,77 | 4,95 | 7,90 |
| Котлета куриная с соусом | 50/50гр. | | 172,00 | 8,04 | 9,07 | 9,5 |
| Каша рассыпчатая из гречневой крупы | 150гр. | | 231,86 | 8,90 | 4,10 | 39,84 |
| Компот из свежих ягод | 200гр. | | 116,60 | 0,52 | 0,18 | 24,84 |
| Хлеб пшеничный | 30гр. | | 70,14 | 2,37 | 0,30 | 14,49 |
| Хлеб ржаной | 30гр. | | 68,97 | 1,68 | 0,33 | 14,82 |
| Всего в обед | 873гр. | | 848,82 | 25,03 | 25,11 | 120,64 |
| полдник: | | 57,11 | | | | |
| Пряник | 45гр./2 | | 166,50 | 2,25 | 3,38 | 31,50 |
| Кисломолочный продукт Кефир | 150гр. | | 88,50 | 4,36 | 4,80 | 6,00 |
| Всего в полдник | 240гр. | | 255,00 | 6,61 | 8,18 | 37,50 |
| Всего за день | | | 1913,90 | 65,37 | 53,84 | 279,36 |

Зав. Производством

Калькулятор