

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"
Остепкина О.Г.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 52 г.о.Самара
Подольные группы
Преина И.Ю./

МЕНЮ
В день
На 12 марта 2025 г.

№п/п	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
ЗАВТРАК							
1	Масло сливочное	5 гр.		33,00	0,04	3,63	0,07
2	Суп молочный с вермешелью	150/5гр.		142,50	4,35	7,54	14,20
3	Коф.напиток со сгущ.молоком	200гр.		113,00	2,94	1,90	20,92
4	Батон	2/40 гр.		226,66	7,36	0,74	46,40
	Всего в завтрак	440гр.		515,16	14,69	13,81	81,59
	10:30						
1	Фрукт (яблоко)	50гр.		22,00	0,20	0,20	4,90
	Всего во 2 завтрак			537,16	14,89	14,01	86,49
ОБЕД							
1	Салат из белокач.капусты с морковью	50гр.		44,00	0,70	2,54	4,51
2	Суп карт.с консер.фасолью, зеленью	180/3гр.		78,17	1,80	2,18	12,84
3	Плов из птицы	50/100гр.		285,00	15,00	13,86	25,09
4	Компот из изюма	180гр.		101,70	0,40	0,01	24,99
5	Хлеб пшеничный	1/20гр.		47,14	1,58	0,20	9,66
6	Хлеб ржаной	1/20 гр.		34,67	1,32	0,24	6,68
	Всего в обед	603гр.		590,68	20,80	19,03	83,77
ПОЛДНИК							
1	Булочка домашняя	50 гр.		179,00	3,64	6,26	26,96
2	Кисломолочный продукт (ряженка)	100 гр.		42,22	2,42	2,08	3,50
	Всего в полдник	150гр.		221,22	6,06	8,34	30,46
УЖИН							
1	Фрикадельки рыбные отварные	80гр.		93,00	10,66	3,00	5,85
2	Картофель отварной с маслом	150/5гр.		146,00	3,05	4,17	24,08
3	Чай с лимоном и сахаром	200/10гр.		46,00	0,13	0,02	11,33
4	Хлеб пшеничный	1/40 гр.		94,28	3,16	0,40	19,31
	Всего в ужин	485гр.		379,28	17,00	7,59	60,57
	Всего в день			1728,337	58,75	48,97	261,29
	ИТОГО		179,00				

Зав. Производством

Калькулятор