

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити С" _____

И. Степкина О.В.

Согласовано

Начальник лагеря МБОУ Школа № _____

г.о. Самара

МЕНЮ

На 09 июня 2025г.

Наименование блюд	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Масло сливочное	10гр.	0,1	7,2	0,13	65,72
Сыр порционно	20гр.	4,64	5,90		71,66
Колбаса вареная	50гр.	6,78	6,27		84,00
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200/10гр.	6,00	10,85	42,94	294,00
Чай с сахаром, молоком	200гр.	1,52	1,35	15,90	81,00
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего в завтрак:	560гр.	25,48	32,21	99,57	794,72
Обед:					
Сельдь с луком	75гр.	7,59	10,04	2,46	130,50
Суп картофельный с бобовыми с зеленью	250/3гр.	5,49	5,27	16,54	148,25
Рагу из птицы	50/200гр.	17,93	14,91	21,28	291,20
Компот из кураги	200гр.	1,30	0,08	44,68	114,80
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
Всего в обед:	838гр.	36,36	30,93	114,27	823,86
Полдник:					
Ватрушка с творогом	100гр.	9,22	5,48	29,18	202,00
Кисломолочный продукт ряженка	200гр.	5,81	6,40	8,00	118,00
Всего в полдник:	300гр.	15,03	11,88	37,18	320,00
Всего за день:		76,87	75,02	251,02	1938,58
Стоимость: 286,87 руб.					

Повар

Калькулятор