Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

_____ Степкина О.Г./

Согласовано

МБОУ " Школа № 105 имени М.И.Рунт" г.о.Самара

_____ М.В.Бунина

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЗНАК КАЧЕСТВА

МЕНЮ

по школе № 105

5 день 1 неделя

На 10 декабря 2021 г.

№п/п	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал
	завтрак:			
	Сыр порционно	20гр.	12,95	71,66
	Омлет натуральный	105/5гр.	28,32	224,00
	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200/10гр.	13,13	294,00
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200гр.	9,80	113,00
	Батон	2/30гр.	5,80	170,00
	Итого в завтрак	600гр.	70,00	872,66
	обед:			
	Салат из белокачан. капусты с морковью	100гр.	9,50	94,12
	Суп картоф.с макарон.издел.из филе птицы	12,5/250/3гр.	19,60	118,25
	Рыба тушеная с овощами	50/50гр.	31,43	131,25
	Каша рассыпчатая из пшеничной крупы	150гр.	11,94	221,25
	Напиток из плодов шиповника	200гр.	6,93	88,00
	Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,30	70,14
	Хлеб ржаной	1/30гр.	2,30	68,97
	Всего в обед	875гр.	84,00	791,98
	полдник:			
	Плюшка Московская	100гр.	8,00	370,00
	Кондитерское изделие конфеты шоколадн.	50гр.	11,00	86,66
	Сок яблочный	200гр.	11,00	86,60
	Всего в полдник	350гр.	30,00	543,26
	Белки (г)	67,43		
	Жиры (г)	72,4		
	Углеводы (г)	311,66		

Зав. Производством _____

Калькулятор _____