105

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Г./

Согласовано

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

МЕНЮ

по школе № 105

3 день 1 неделя

На 20 апреля 2022 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Каша вязкая молочная из овс.хлопьев геркулес	200/10гр.		318,00	9,04	13,44	40,16
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26,00
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	1/30гр.		85,00	2,76	0,27	17,4
Всего в завтрак	**550гр.**	**75,00**	**638,23**	**16,08**	**21,98**	**93,49**
обед:						
Салат из свеклы с яблоками	50гр.		50,06	0,66	2,58	6,06
Суп картоф.с рисом и рыбными консервами	20/250/3гр.		116,62	2,20	2,78	15,39
Оладьи из печени	50/50гр.		164,00	9,34	11,28	4,66
Пюре картофельное	150гр.		109,73	3,08	2,33	19,13
Компот из сухофруктов	200гр.		132,80	1,16	0,30	47,26
Хлеб пшеничный	1/30гр.		70,14	2,37	0,3	14,49
Хлеб ржаной	1/30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	**833гр.**	**90,00**	**712,32**	**20,49**	**19,90**	**121,81**
полдник:						
Кекс столичный	50гр.		210,00	3,05	9,23	28,71
Чай с молоком	200гр.		159,00	2,31	10,02	15,00
Всего в полдник	**250гр.**	**40,00**	**369,00**	**5,36**	**19,25**	**43,71**
Всего за день			**1719,55**	**41,93**	**61,13**	**259,01**

Зав. Производством _____

Калькулятор _____