

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г./



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

Барин М.В. Барин

МЕНЮ

по школе № 105

6 день 2 неделя

На 10 сентября 2022 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Яйца вареные	40гр.		63,00	5,08	4,6	0,28
Оладьи с повидлом	150/20гр.		435,00	11,6	11,48	71,29
Кисломолочный продукт Йогурт	100гр.		66,88	5,13	1,88	7,38
Какао с молоком сгущенным	200гр.		138,40	3,67	2,6	25,08
Батон	1/35гр.		99,17	3,22	0,32	20,3
Всего в завтрак	545гр.	75,00	802,45	28,70	20,88	124,33
обед:						
Салат из свежих огурцов	50гр.		33,30	0,38	3,01	1,18
Суп-лапша домашняя	250/3гр.		115,75	2,57	5,54	11,62
Азу из филе птицы	50/200гр.		322,00	16,49	16,89	26,02
Напиток из апельсинов	200гр.		141,20	0,45	0,1	33,99
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	813гр.	95,00	751,36	23,94	26,17	102,12
Всего за день			1553,81	52,64	47,05	226,45

Зав. Производством

Калькулятор