



Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г./



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

Согласовано
Буркина М.В. Буркина

МЕНЮ

по школе № 105

4 день 2 неделя

На 16 февраля 2023 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		75,00				
Каша молочная манная с маслом сл.	200/10гр.		251,00	6,11	10,72	32,38
Смлет натуральный	105/5гр.		284,00	10,78	19,2	2,04
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	590гр.		773,34	23,86	30,56	84,49
Обед:		96,00				
Салат картоф.с капустой свеж.и кукур. и хлеб пшеничный	80гр.		155,09	4,05	3,5	26,87
Суп картофел. с клецками,с зеленью	250/3гр.		144,25	3,56	4,59	18,79
Бефстроганов из филе-птицы	50/50гр.		190,00	12,13	14,81	2,00
Каша рассыпчатая из перловой крупы	150гр.		183,60	4,46	4,34	31,69
Компот из свежих яблок	200гр.		114,60	0,16	0,16	23,88
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	813гр.		856,51	26,04	27,73	118,05
Полдник:		45,00				
Пончик со сгущенкой	100гр.		365,00	9,18	14,13	50,3
Кисломолочный продукт кефир	200гр.		118,00	5,81	6,4	8,00
Всего в полдник	300гр.		483,00	14,99	20,53	58,30
Всего за день			2112,85	64,89	78,82	260,84

Зав. Производством

Калькулятор