Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Г./

Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЗНАК КАЧЕСТВА
Серия 63
№ 105

МЕНЮ

по школе № 105

6 день 1 неделя

На 25 ноября 2023 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		75,00				
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
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	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Всего в завтрак	550гр.		810,32	29,33	21,45	124,36
обед:		96,00				
Салат из свежих помидоров и хлеб пшеничный	110гр.		179,13	5,29	3,66	31,27
Суп картофе. с фасолью и зеленью	250/3гр.		148,25	5,49	5,27	16,54
Рагу из птицы	50/200гр.		295,00	16,2	18,09	16,58
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	843гр.		731,35	29,19	27,35	88,68
Всего за день			1541,67	58,52	48,80	213,04

Зав. Производством _____

Калькулятор _____