

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Истекина О.С.

Для  
ДОКУМЕНТОВ

Директор МБОУ Школа № 105 г.о. Самара

Согласовано  
Школа № 105 г.о. Самара  
МБОУ Школа № 105 г.о. Самара



# МЕНЮ

5 - 11 классы  
3 день 2 недели

На 24 апреля 2024 г.

| Наименование блюд                     | Выход     | Стоимость | Ккал    | Б(г)  | Ж(г)  | У(г)   |
|---------------------------------------|-----------|-----------|---------|-------|-------|--------|
| завтрак:                              |           | 85,00     |         |       |       |        |
| Огурец соленый и батон                | 75гр.     |           | 103,17  | 3,82  | 0,40  | 21,74  |
| Филе птицы с овощами в соусе          | 37/50гр.  |           | 122,40  | 9,55  | 8,01  | 2,81   |
| Каша рассыпчатая из гречневой крупы   | 150гр.    |           | 231,86  | 8,90  | 4,10  | 39,84  |
| Чай с лимоном                         | 200/10гр. |           | 41,60   | 0,53  |       | 9,87   |
| Батон                                 | 35гр.     |           | 99,17   | 3,22  | 0,32  | 20,30  |
| Всего в завтрак                       | 557гр.    |           | 698,20  | 26,02 | 12,83 | 94,56  |
| обед:                                 |           | 110,00    |         |       |       |        |
| Винегрет овощной и хлеб пшеничный     | 80гр.     |           | 139,08  | 3,18  | 3,40  | 18,94  |
| Суп картоф. с крупой рисовой, с зелен | 250/3гр.  |           | 85,75   | 1,97  | 2,71  | 12,11  |
| Котлета мясная с соусом               | 50/50гр.  |           | 312,00  | 8,38  | 10,02 | 9,15   |
| Капуста тушеная                       | 150гр.    |           | 258,24  | 4,35  | 12,00 | 33,21  |
| Напиток из плодов шиповника           | 200гр.    |           | 88,00   | 0,40  | 0,27  | 17,20  |
| Хлеб ржаной                           | 30гр.     |           | 68,97   | 1,68  | 0,33  | 14,82  |
| Всего в обед                          | 813гр.    |           | 952,04  | 19,96 | 28,73 | 105,43 |
| Полдник:                              |           |           |         |       |       |        |
| Родительские средства                 |           | 45,00     |         |       |       |        |
| СВО                                   |           | 54,13     |         |       |       |        |
| Фрукт яблоко                          | 100гр.    |           | 44,40   | 0,4   | 0,4   | 9,8    |
| Курник                                | 60гр.     |           | 137,00  | 6     | 5,21  | 16,59  |
| Чай с молоком                         | 200гр.    |           | 159,00  | 2,31  | 10,02 | 15     |
| Всего в полдник                       | 360гр.    |           | 340,40  | 8,71  | 15,63 | 41,39  |
| Всего за день                         |           |           | 1890,64 | 54,69 | 57,19 | 241,38 |

Зав. Производством

Калькулятор

*[Handwritten signature]*