

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити" *Степанин О.С.*



Директор МБОУ Школа № 105 *Варшва* г. Самара



МЕНЮ

1 - 4 классы

1 день 1 неделя

На 30 сентября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
		80,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Каша жидкая молочная пшеница	150/10гр.		217,14	5,72	8,92	28,22
Кофейный напиток с молоком	180гр.		90,54	2,85	2,41	14,35
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,80
Всего в завтрак	520гр.		616,14	15,51	19,57	93,10
обед:						
		105,00				
Салат из белокач. капусты с морковью	60гр.		56,47	0,79	3,64	5,11
Суп картофельный с бобовыми, с зелен.	200/3гр.		118,95	4,40	4,22	13,27
Плов из филе птицы	37,5/150гр.		338,75	15,88	9,81	33,50
Компот из смеси сухофруктов	200гр.		132,80	1,18	0,30	47,26
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	710,5гр.		786,08	26,28	18,60	128,45
полдник:						
		35,86				
Сосиска в тесте	110гр.		271,00	9,60	13,84	29,90
Сок яблочный	200гр.		86,60	1,00	0,20	20,20
Всего в полдник	310гр.		357,60	10,60	14,04	47,10
Всего за день			1769,82	52,39	52,21	268,65

Зав. Производством

Калькулятор

Варшва