

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"

/Степкина О.Б.



Директор МБОУ Школа № 105 г.о. Самара

Согласовано

МБОУ Школа № 105

г.о. Самара

М.В. Воронин



МЕНЮ

1 - 4 классы

3 день 2 неделя

На 09 октября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		80,00				
Хлеб натуральный свежий	40гр.		4,80	0,28	0,04	0,76
Курица с овощами в соусе	37/50гр.		122,40	9,55	8,01	2,81
Пшенная рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
С лимоном	180/10гр.		37,63	0,47		8,93
Сметана	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Итого в завтрак	537гр.		595,03	25,64	12,79	92,94
Обед:		105,00				
Суп овощной	60гр.		82,72	0,97	3,72	5,34
Картофель с крупой рисовой, с зелен.	200/3гр.		68,80	1,58	2,17	9,71
Салат мясная с соусом	50/50гр.		312,00	8,38	10,02	9,15
Пюре тушеная	150гр.		258,24	4,35	12,00	33,21
Компот из плодов шиповника	180гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Сметаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Итого в обед	753гр.		940,07	19,69	28,78	102,20
Полдник:		35,86				
Суп гороховый	50гр.		22,20	0,2	0,2	4,9
Сметаной	60гр.		137,00	6	5,21	16,59
Сметаной	200гр.		159,00	2,31	10,02	15
Итого в полдник	310гр.		318,20	8,51	15,43	36,49
Итого за день			1853,30	53,84	57,00	231,63
Итого (минимизация)	100гр.	19,81	43,30	0,50	0,10	10,10

Подписано в

Степкина О.Б.