

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"

/Степкина О.О.



Директор МБОУ Школа № 105 г.о. Самара

Согласовано

МБОУ Школа № 105 г.о. Самара

М.В. Вудина



МЕНЮ

1 - 4 классы

4 день 2 неделя

На 10 октября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		80,00				
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Сыр порционно	20гр.		71,66	4,64	5,9	
Паша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.		189,80	2,59	12,03	17,77
Сметана с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26
Хлеб	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Итого в завтрак	505гр.		684,12	24,08	24,51	90,48
Обед:		105,00				
Салат из свежих огурцов и помидоров	60гр.		42,42	3,64		2,18
Картофель с клецками, с зеленью	200/3гр.		115,74	2,85	3,68	15,08
Бефстроганов из филе птицы	40/50гр.		149,62	10,91	13,32	1,80
Пюре рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Пот из свежих ягод	180гр.		104,94	0,46	0,16	22,35
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Итого в обед	743гр.		783,69	30,81	21,89	110,56
Полдник:		35,86				
Сметана со сгущенкой	100гр.		365,00	9,18	14,13	50,3
Молочный продукт кефир	200гр.		118,00	5,81	6,4	8,00
Итого в полдник	300гр.		483,00	14,99	20,53	58,30
Итого за день			1950,81	69,88	66,93	259,34
Витамины (витамины)	100гр.	19,81	43,30	0,50	0,10	10,10

Производство

Итого