

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степанова О.Г.

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЗНАК
КАЧЕСТВА

Серия 43
№ 101



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

Борисова В.В.



МЕНЮ

5 - 11 классы

5 день 2 неделя

На 11 октября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		86,75				
Икра кабачковая порционно	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Плов из птицы	200/50гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	570гр.		724,64	28,66	16,15	97,44
Обед:		121,46				
Салат из белокочанной капусты с морковью	100гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Суп картофел. с фрикадел. из птицы, с зелен.	20/250/3гр.		136,00	2,2	2,78	15,39
Котлета из минтая с соусом красным	60/50гр.		111,00	6,52	5,38	9,03
Пюре картофельное	150гр.		213,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	200гр.		114,80	1,3	0,08	44,68
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	893гр.		808,76	18,48	17,28	126,06
полдник:		54,13				
Булочка Выборгская	100гр.		320,00	6,60	14,36	41,13
Сок яблочный	250гр.		108,25	1,25	0,25	25,25
Всего в полдник	350гр.		428,25	7,85	14,61	66,38
Всего за день			1961,65	54,99	48,04	289,88
Сок (витаминация)	100гр.	19,81	43,30	0,50	0,10	10,10

Зав. Производством

Калькулятор

(Handwritten signatures)