

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЗНАК
КАЧЕСТВА

Серия 03
№ 100



Директор МБОУ школы № 105



МЕНЮ

5 - 11 классы

2 день 2 недели

На 22 октября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		86,75				
Масло сливочное	10гр.		66,72	0,10	7,20	0,13
Колбаса вареная	50гр.		84,00	6,78	6,27	
Макаронные изделия отварные	200гр.		224,60	7,36	6,02	35,26
Кондитерское изделие печенье	30гр.		114,00	1,44	6,78	13,56
Кофейный напиток с молоком	200гр.		113,00	2,94	1,99	20,92
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	560гр.		799,66	25,06	28,90	110,47
обед:		121,46				
Салат из свеклы отварной	100гр.		92,80	1,41	6,01	8,26
Солянка со сметаной, с зеленью	250/10/3гр.		260,75	7,23	5,13	18,8
Тефтели из птицы с соусом	60/50гр.		134,00	7,16	9,93	4,05
Пюре из гороха с маслом	150гр.		285,00	13,64	6,86	35,03
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
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	883гр.		951,66	34,02	28,66	104,92
полдник:		54,13				
Кольцо песочное	50гр.		7,90	26,50	49,40	468,00
Кисель	200гр.		145,08	0,24	0,12	35,76
Всего в полдник	250гр.		162,98	26,74	49,52	503,76
Всего за день			1904,30	85,82	106,98	719,15
Сок (витаминизация)	100гр.	19,81	43,30	0,60	0,10	10,10

Зав. Производством

Калькулятор