

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"

Согласовано

Директор МБОУ "Школа № 105"



# МЕНЮ

5 - 11 классы

1 день 2 недели

На 11 ноября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>		<b>86,75</b>				
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200/10гр.		294,00	6,00	10,85	42,94
Сыр порционно	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>600гр.</b>		<b>648,40</b>	<b>18,01</b>	<b>17,79</b>	<b>102,81</b>
<b>Обед:</b>		<b>121,46</b>				
Икра кабачковая порционно	100гр.		69,26	1,02	4,86	5,40
Борщ с капустой и картофелем, с зелен.	250/10/3гр.		98,40	1,83	4,90	11,75
Птица тушеная в соусе	50/50гр.		166,00	11,65	11,66	3,51
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,90	5,10	7,50	28,50
Компот из смеси сухофруктов	200гр.		132,80	1,16	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
<b>Всего в обед</b>	<b>873гр.</b>		<b>807,47</b>	<b>24,81</b>	<b>29,85</b>	<b>125,73</b>
<b>полдник:</b>		<b>54,13</b>				
Ветчина	30гр.		84,00	6,78	6,27	
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Чай с молоком	200гр.		159,00	2,31	10,02	15,00
<b>Всего в полдник</b>	<b>265гр.</b>		<b>342,17</b>	<b>12,31</b>	<b>16,61</b>	<b>35,30</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1798,04</b>	<b>55,13</b>	<b>64,25</b>	<b>263,84</b>
Сок (витаминизация)	100гр.	19,81	43,30	0,50	0,10	10,10

Зав. Производством

*[Handwritten signature]*

Калькулятор

105