

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

(Степкина О.С.)

Согласовано

Директор МБОУ «Школа № 105»

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЗНАК
КАЧЕСТВА

Серия 63
№ 105



МЕНЮ

5 - 11 классы

1 день 2 недели

На 09 декабря 2024 г.



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		86,75				
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
Всего в завтрак	600гр.		648,40	18,01	17,79	102,81
Обед:		121,46				
Икра кабачковая порционно	100гр.		69,26	1,02	4,86	5,40
Борщ с калустой 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	11,86	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
Всего в обед	873гр.		807,47	24,81	29,85	125,73
полдник:		54,13				
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
Всего в полдник	265гр.		342,17	12,31	16,61	35,30
Всего за день			1798,04	55,13	64,25	263,84
Сок (витаминизация)	100гр.	19,81	43,30	0,50	0,10	10,10

105

Зав. Производством

Калькулятор