

Утверждаю

Директор ООО Мега-сити



# МЕНЮ

1 - 4 классы

3 день 2 недели

На 05 февраля 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		85,00				
Огурец натуральный соленый	40гр.		4,00	0,32	0,04	0,68
Филе птицы с овощами в соусе	37/60гр.		122,40	9,55	8,01	2,81
Хаша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,85	8,90	4,10	39,84
Чай с лимоном	180/10гр.		37,63	0,47		8,93
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	537гр.		594,23	25,68	12,79	92,86
обед:		110,17				
Винегрет овощной	60гр.		82,72	0,97	3,72	5,34
Суп картоф. с крупной рисовой, с зелен.	200/3гр.		68,80	1,58	2,17	9,71
Котлета мясная с соусом	50/50гр.		312,00	8,38	10,02	8,15
Капуста тушеная	160гр.		258,24	4,35	12,00	33,21
Напиток из плодов шиповника	180гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,48
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	763гр.		940,07	19,69	28,78	102,20
полдник:		37,83				
Желе	60гр.		222,50	2,85	12,05	17,5
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	260гр.		262,50	3,38	12,05	26,97
Всего за день			1796,80	48,75	53,62	222,03

Зав. Производства

Калькулятор