

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

*[Handwritten signature]*



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

*[Handwritten signature]*

# МЕНЮ

5 - 11 классы

3 день 2 недели

На 05 февраля 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		91,52				
Огурец натуральный соленый	40гр.		4,00	0,32	0,04	0,68
Филе птицы с овощами в соусе	37/50гр.		122,40	9,55	8,01	2,81
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Чай с лимоном	200/10гр.		41,60	0,53		9,87
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>557гр.</b>		<b>598,20</b>	<b>25,74</b>	<b>12,79</b>	<b>93,80</b>
обед:		128,14				
Винегрет овощной	100гр.		97,88	1,82	6,20	8,90
Суп картоф. с крупой рисовой, с зелен.	250/3гр.		85,75	1,97	2,71	12,11
Котлета мясная с соусом	60/60гр.		312,00	8,38	10,02	9,15
Калуста тушеная	150гр.		258,24	4,35	12,00	33,21
Напиток из плодов шиповника	200гр.		88,00	0,40	0,27	17,20
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,88	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>663гр.</b>		<b>980,98</b>	<b>20,77</b>	<b>31,83</b>	<b>109,88</b>
полдник:		57,11				
Кекс	60гр.		222,60	2,85	12,05	17,5
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
<b>Всего в полдник</b>	<b>250гр.</b>		<b>262,60</b>	<b>3,38</b>	<b>12,05</b>	<b>26,97</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1841,68</b>	<b>49,89</b>	<b>56,67</b>	<b>230,65</b>

Зав. Производством

*[Handwritten signature]*

Калькулятор