

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

(Степкина О.Г.)



Директор МБОУ Школа № 105 г.о. Самара



# МЕНЮ

5 - 11 классы

4 день 1 неделя

На 30 января 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У
<b>завтрак:</b>		<b>91,52</b>				
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/15гр.		426,00	23,03	17,42	4
Кофейный напиток с молоком	200гр.		113,00	2,94	1,99	2
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	
<b>Всего в завтрак</b>	<b>545гр.</b>		<b>810,08</b>	<b>33,73</b>	<b>20,55</b>	<b>1</b>
<b>обед:</b>		<b>128,14</b>				
Салат картофель.с солен.огур.и зел.горошком	100гр.		99,50	1,75	6,18	
Щи из свежей капусты с картоф,с зеленью	250/10/3гр.		89,75	1,77	4,95	
Котлета куриная с соусом	50/50гр.		172,00	8,04	9,07	
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	
Компот из свежих ягод	200гр.		116,60	0,52	0,18	
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	
<b>Всего в обед</b>	<b>873гр.</b>		<b>848,82</b>	<b>25,03</b>	<b>25,11</b>	
<b>полдник:</b>		<b>57,11</b>				
Пряник	45гр./2		166,50	2,25	3,38	
Кисломолочный продукт Кефир	150гр.		88,50	4,36	4,80	
<b>Всего в полдник</b>	<b>240гр.</b>		<b>255,00</b>	<b>6,61</b>	<b>8,18</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>1913,90</b>	<b>65,37</b>	<b>53,84</b>	

Зав. Производством

Калькулятор

*(Handwritten signatures and lines for the responsible persons)*