

Утверждаю:

Директор ООО "Мега-сити"

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара



Для документов

МЕНЮ

1 - 4 классы

5 день 2 недели

На 21 февраля 2025 г.

| Наименование блюд                            | Выход           | Стоимость | Ккал          | Б(г)         | Ж(г)         | У(г)          |
|----------------------------------------------|-----------------|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>Завтрак:</b>                              |                 | 95,00     |               |              |              |               |
| Мкра кабачковая порционно                    | 50гр.           |           | 34,63         | 0,51         | 2,43         | 2,70          |
| Плов из птицы                                | 37,5/150гр.     |           | 338,75        | 15,88        | 9,81         | 33,50         |
| Чай с сахаром                                | 200гр.          |           | 40,00         | 0,53         |              | 9,47          |
| Батон                                        | 70гр.           |           | 198,34        | 6,44         | 0,64         | 40,60         |
| <b>Всего в завтрак</b>                       | <b>507,5гр.</b> |           | <b>611,72</b> | <b>23,36</b> | <b>12,88</b> | <b>86,27</b>  |
| <b>Обед:</b>                                 |                 | 110,17    |               |              |              |               |
| Салат из белокочанной капусты с морковью     | 60гр.           |           | 56,47         | 0,79         | 3,64         | 5,11          |
| Суп картофель. с фрикадел. из птицы, с зелен | 20/200/3гр.     |           | 111,09        | 1,79         | 2,27         | 12,57         |
| Котлета из мясной с соусом красным           | 50/40гр.        |           | 90,81         | 5,33         | 4,4          | 7,38          |
| Пюре картофельное                            | 150гр.          |           | 213,73        | 3,06         | 2,33         | 16,13         |
| Компот из кураги                             | 180гр.          |           | 103,32        | 1,17         | 0,07         | 40,21         |
| Хлеб пшеничный                               | 30гр.           |           | 70,14         | 2,37         | 0,30         | 14,49         |
| Хлеб ржаной                                  | 30гр.           |           | 68,97         | 1,68         | 0,33         | 14,62         |
| <b>Всего в обед</b>                          | <b>763гр.</b>   |           | <b>714,53</b> | <b>16,21</b> | <b>13,34</b> | <b>113,71</b> |
| <b>полдник:</b>                              |                 | 37,83     |               |              |              |               |
| Булочка Выборгская                           | 100гр.          |           | 320,00        | 6,60         | 14,36        | 41,13         |
| Сок разливной                                | 150гр.          |           | 64,95         | 0,75         | 0,16         | 15,15         |
| <b>Всего в полдник</b>                       | <b>250гр.</b>   |           | <b>384,95</b> | <b>7,35</b>  | <b>14,51</b> | <b>56,28</b>  |
| <b>Всего за день</b>                         |                 |           | <b>1711,2</b> | <b>46,92</b> | <b>40,73</b> | <b>256,26</b> |

Зав. Производством

Калькулятор