

Утверждаю

Директор ООО "Мегасити С.С."

Истепанова О.Г.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105

г.о. Самара

МЕНЮ

1 - 4 классы

1 день 1 недели

На 10 марта 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		65,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Каша жидкая молочная пшениная	230/10гр.		332,95	8,77	13,68	43,27
Кофейный напиток с молоком	180гр.		90,54	2,85	2,41	14,35
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	500гр.		587,55	18,16	23,93	98,35
обед:		110,17				
Салат из белокоч. капусты с морковью	80гр.		56,47	0,79	3,64	5,11
Суп картофельный с бобовыми и зеленью	200/3гр.		118,95	4,40	4,22	13,27
Плов из филе птицы	37,5/150гр.		338,75	15,88	9,81	32,50
Компот из смеси сухофруктов	200гр.		132,80	1,10	0,30	47,26
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,62
Всего в обед	710,5гр.		786,08	26,28	18,60	128,45
полдник:		37,83				
Сосиски в тесте	110гр.		271,00	9,60	13,84	26,90
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	310гр.		311,00	10,13	13,84	36,37
Всего за день			1784,63	54,57	56,37	263,17

Зав. Производством

Калькулятор