

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"



МЕНЮ

1 - 4 классы

5 день 1 недели

На 14 марта 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		85,00				
Масло сливочное	10gr.		65,72	0,10	7,20	0,13
Сыр порционнo	20gr.		71,66	4,64	5,90	
Каша вязкая молочная из риса и пшени	160/10gr.		189,81	2,50	12,03	17,77
Кондитер.изделия конфеты шоколадные	30gr.		52,00	1,50	0,04	11,38
Чай с сахаром	200gr.		40,00	0,53		9,47
Батон	80gr.		226,68	7,36	0,74	46,40
Итого в завтрак	500gr.		645,87	16,72	25,91	85,13
обед:		110,17				
Икра кабачковая порционнo	60gr.		41,55	0,61	2,91	3,24
Суп картоф. с макарон.изделиями,с зелен.	200/3gr.		128,90	2,15	2,27	14,00
Рыба тушеная с овощами	60/50gr.		131,25	12,19	6,19	4,75
Рис отварной	150/5gr.		210,11	3,67	5,42	36,67
Напиток из плодов шиповника	180gr.		79,20	0,36	0,24	15,48
Хлеб пшеничный	30gr.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30gr.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	768gr.		730,12	23,63	17,66	103,45
полдник:		37,83				
Булочка Выборгская	100gr.		320,00	6,60	14,36	41,13
Сок разливной	150gr.		64,95	0,75	0,15	16,16
Всего в полдник	250gr.		384,95	7,35	14,51	56,28
Всего за день			1760,94	47,10	58,08	244,86

Зам. Производством

Калькулятор