

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

(Степкина О.Г.)



Согласовано

«Школа № 105»

Директор МБОУ Школа № 105

г.о. Самара



МЕНЮ

1 - 4 классы

4 день 2 недели

На 03 апреля 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		85,00				
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Сыр порционно	20гр.		71,66	4,64	5,9	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.		189,80	2,59	12,03	17,77
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Всего в завтрак	505гр.		684,12	24,08	24,51	90,48
Обед:		110,17				
Зеленый горошек консервирован.	60гр.		24,12	1,86	0,12	3,90
Суп картофел. с клецками, с зеленью	200/3гр.		115,74	2,85	3,68	15,08
Бефстроганов из филе птицы	40/50гр.		149,62	10,91	13,32	1,80
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Компот из свежих ягод	180гр.		104,94	0,46	0,16	22,35
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	743гр.		765,39	29,03	22,01	112,28
полдник:		37,83				
Плюшка Московская	120гр.		444,00	8,50	15,77	66,89
Кисломолочный продукт кефир	150гр.		88,50	4,36	4,8	6,00
Всего в полдник	270гр.		532,50	12,86	20,57	72,89
Всего за день			1982,01	65,97	67,09	275,65

Зав. Производством

Калькулятор