

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"



Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара



МЕНЮ

5 - 11 классы

1 день 1 неделя

На 07 апреля 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		91,52				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Каша жидкая молочная пшеница	250/10гр.		370,50	8,64	13,48	42,61
Кофейный напиток с молоком	200гр.		100,60	3,17	2,68	15,95
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	550гр.		735,16	18,35	24,00	99,29
обед:		128,14				
Салат из белокочан. капусты с морковью	100гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Суп картофельный с бобовыми, с зелен.	250/3гр.		148,25	5,49	5,27	16,54
Плов из филе птицы	50/200гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
Компот из смеси сухофруктов	200гр.		132,80	1,16	0,30	47,26
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	863гр.		965,95	33,21	25,36	146,30
полдник:		57,11				
Сосиска 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			2012,11	61,69	63,2	281,96

Зав. Производством

Калькулятор

105