

Утверждено

Директор ООО "Мега-сити" *И. Степанов*



Директор МБОУ Школа № 105

г.о. Самара

В. В. Водина

МЕНЮ

5 - 11 классы

2 день 2 недели

На 15 апреля 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		91,52				
Масло сливочное	10гр.		85,72	0,10	7,20	0,13
Колбаса вареная	50гр.		84,00	0,78	6,27	
Макаронные изделия отварные	200гр.		224,60	7,38	6,02	35,26
Кондитерское изделие печенье	30гр.		114,00	1,44	6,78	13,56
Кофейный напиток с молоком	200гр.		113,00	2,94	1,99	20,92
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	560гр.		799,66	26,06	28,90	110,47
обед:		128,14				
Салат из свеклы отварной	100гр.		92,80	1,41	6,01	6,26
Солянка со сметаной, с зеленью	250/103гр.		260,75	7,23	5,13	18,8
Тефтели из птицы с соусом	60/50гр.		134,00	7,16	9,93	4,05
Пюре из гороха с маслом	150гр.		285,00	13,64	6,86	35,03
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	30гр.		79,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	883гр.		951,66	34,02	28,56	104,92
полдник:		57,11				
Кольцо песочное	50гр.		7,90	26,50	49,40	468,00
Кисель	200гр.		145,08	0,24	0,12	35,76
Всего в полдник	250гр.		152,98	26,74	49,52	503,76
Всего за день			1904,30	86,82	106,98	719,15

Зав. Производством

Калькулятор