

Утверждено

Директор ООО "Мега-сити"



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105

г.о.Самара

МЕНЮ

5 - 11 классы

3 день 1 недели

На 23 апреля 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		91,62				
Омлет натуральный	106г/гр.		264,00	10,78	19,20	2,04
Макаронные изделия отварные с сыром	150/20г/гр.		292,60	11,84	13,93	29,85
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,76	0,67	26,00
Батон	70гр.		198,34	8,44	0,64	40,00
Всего в завтрак	555гр.		900,05	32,84	34,44	98,49
обед:		128,14				
Салат из свеклы отварной	100гр.		92,80	1,41	6,01	8,26
Суп картофель с расом и рыбными консерв. с зелен.	30/250/3гр.		128,62	2,20	2,78	15,39
Оладьи из печени с соусом	50/50гр.		164,00	9,34	11,28	4,66
Пюре картофельное	150гр.		149,73	3,06	2,33	19,13
Компот из кураги	200гр.		114,80	1,30	0,08	44,68
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	683гр.		789,06	21,38	23,11	121,43
полдник:		57,11				
Плюшка Московская	120гр.		444,00	8,50	15,77	66,89
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	320гр.		484,00	9,03	15,77	76,36
Всего за день			2173,11	63,25	73,32	296,28

Зав. Производством

Калькулятор