

Утверждаю

Директор МБОУ «Мого-сити С.С.»

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105 г.о. Самара



МЕНЮ

5 - 11 классы

1 день 2 недели

На 12 мая 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		91,52				
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200/10gr.		294,00	8,00	10,85	42,94
Сыр порционно	20gr.		71,66	4,64	5,90	
Чай с сахаром	200gr.		40,00	0,53		9,47
Фрукт яблоко	100gr.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	70gr.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	600gr.		648,40	18,01	17,79	102,81
Обед:		128,14				
Икра кабачковая порционно	100gr.		69,26	1,02	4,86	5,40
Борщ с капустой и картофелем, с зелен.	250/10/3gr.		98,40	1,83	4,90	11,75
Птица тушеная в соусе	60/50gr.		166,00	11,65	11,66	3,51
Макаронные изделия отварные	150gr.		201,90	5,10	7,50	28,50
Компот из смеси сухофруктов	200gr.		132,80	1,16	0,30	47,26
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	873gr.		807,47	24,81	29,86	126,73
полдник:		57,11				
Ветчина	30gr.		84,00	6,78	6,27	
Батон	35gr.		99,17	3,22	0,32	20,30
Чай с сахаром	200gr.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	265gr.		223,17	10,53	6,59	29,77
Всего за день			1679,04	63,36	54,23	258,31

Зав. Производством

Калькулятор

105