

Утверждаю

Директор ООО "Медиа-сити С"

Степкина О.Г.

Согласовано

Начальник лагеря МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

МЕНЮ

На 05 июня 2025г.

Наименование блюд	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Масло сливочное	10гр.	0.10	7.20	0.13	65.72
Сыр порционнo	20гр.	4.64	5.90		71.66
Сосиска отварная	50гр.	4.61	7.35	0.39	86.14
Макаронные изделия отварные	150гр.	5.10	7.50	28.50	201.90
Какао с молоком	200гр.	3.78	0.67	26.00	125.11
Фрукт яблоко	100гр.	0.40	0.40	9.80	44.40
Батон	2/35гр.	6.44	0.64	40.60	198.34
Всего в завтрак:	600гр.	25,07	29,66	105,42	793,27
Обед:					
Салат из свежих помидоров и огурцов с луком	75гр.	0.70	4.60	2.15	52.80
Суп картофельный с рисом с рыб.консервами,с зелен.	20/250/3гр.	2.20	2.78	15.39	128.62
Тефтели из птицы	60/50гр.	7.16	9.93	4.05	134.00
Пюре из гороха с маслом	150гр.	13.64	6.86	35.03	255.00
Напиток из плодов шиповника	200гр.	0.40	0.27	17.20	88.00
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2.37	0.30	14.49	70.14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1.68	0.33	14.82	68.97
Всего в обед:	868гр.	28,15	25,07	103,13	787,53
Полдник:					
Курица	100гр.	9.00	7.82	24.89	205.50
Сок разливной яблочный	200гр.	1.00	0.20	20.20	86.60
Всего в полдник:	300гр.	10,00	8,02	45,09	292,10
Всего за день:		63,22	62,75	253,64	1882,90
Стоимость: 285,87 руб.					

Повар

Калькулятор