

Утверждено

Зам. директора ООО "Мого-сити С.С."

Истеркина О.Г.



Начальник пищевого цеха МБОУ Школа № 105 г. Самара

Алекс. Арефьев

МЕНЮ

На 19 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 порционный	20гр.	4,64	5,90		71,66
Сосиска отварная	60гр.	4,61	7,35	0,39	86,14
Макаронные изделия отварные	150гр.	5,10	7,50	28,50	201,90
Кавказ с молоком	200гр.	3,78	0,67	26,00	125,11
Фрукт яблоко	100гр.	0,40	0,40	9,60	44,40
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	199,34
Всего в завтрак:	600гр.	25,07	29,66	105,42	783,27
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 зеленью	30/250/3гр.	2,20	2,78	15,39	128,62
Тефтели из птицы	60/50гр.	7,18	9,93	4,05	134,00
Пюре из гороха с маслом	150гр.	13,04	6,86	35,03	205,00
Напиток из плодов шиповника	200гр.	0,40	0,27	17,20	88,00
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,40	70,14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,56	0,33	14,82	68,97
Всего в обед:	668гр.	28,18	26,07	103,13	797,63
Всего за день:		53,25	55,73	208,55	1580,90
Стоимость: 237,37 руб.					

Повар

Калькулятор

(Подписи)