

Утверждаю

Зам. директора МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЗНАК
КАЧЕСТВА

Серия 01
№ 100



МЕНЮ

1 - 4 классы

1 день 2 недели

На 08 сентября 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	150/10gr.		224,00	4,57	8,26	32,71
Сыр порционно	20gr.		71,66	4,64	5,90	
Чай с сахаром	180gr.		36,00	0,47		6,52
Фрукт яблоко	100gr.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	70gr.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	530gr.		574,40	16,52	15,20	91,63
Обед:						
Помидор натуральный свежий	60gr.		16,50	0,82	0,15	2,85
Борщ с калустой и картофелем, с зелен.	200/10/3gr.		79,69	1,48	3,96	9,51
Птица тушеная в соусе	40/50gr.		149,40	10,38	10,49	3,15
Макаронные изделия отварные	160gr.		201,90	5,10	7,50	28,50
Компот из смеси сухофруктов	180gr.		119,52	1,04	0,27	42,53
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	763gr.		706,12	22,87	23,00	118,85
полдник:						
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	285gr.		223,17	10,53	6,59	29,77
Всего за день			1503,69	49,92	44,79	237,25

Зав. Производством

Калькулятор