

Утверждаю

Зам. директора ООО "Медика-С" \_\_\_\_\_

И. Степкина



Директор МБОУ Школа № 105 \_\_\_\_\_

Барина

г.о. Самара

Согласовано

г.о. Самара

М.В. Барина

# МЕНЮ

1 - 4 классы

3 день 1 недели

На 01 октября 2025 г.

| Наименование блюд                                | Выход       | Стоимость | Ккал    | Б(г)  | Ж(г)  | У(г)   |
|--------------------------------------------------|-------------|-----------|---------|-------|-------|--------|
| завтрак:                                         |             |           |         |       |       |        |
| Омлет натуральный                                | 105/5гр.    |           | 284,00  | 10,78 | 19,20 | 2,04   |
| Макаронные изделия отварные с сыром              | 100/20/5гр. |           | 209,00  | 8,45  | 9,95  | 21,32  |
| Какао с молоком                                  | 200гр.      |           | 125,11  | 3,78  | 0,67  | 26,00  |
| Батон                                            | 70гр.       |           | 198,34  | 6,44  | 0,64  | 40,60  |
| Всего в завтрак                                  | 505гр.      |           | 816,45  | 29,45 | 30,46 | 89,96  |
| обед:                                            |             |           |         |       |       |        |
| Салат из свеклы отварной                         | 60гр.       |           | 55,68   | 0,85  | 3,61  | 4,95   |
| Суп картофельс рисом и рыбными консерв.с зелень. | 20/200/2гр. |           | 105,06  | 1,79  | 2,27  | 12,57  |
| Оладьи из печени с соусом                        | 50/50гр.    |           | 164,00  | 9,34  | 11,28 | 4,66   |
| Пюре картофельное                                | 150гр.      |           | 149,73  | 3,08  | 2,33  | 19,13  |
| Компот из кураги                                 | 180гр.      |           | 103,32  | 1,17  | 0,07  | 40,21  |
| 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                                     | 773гр.      |           | 716,90  | 20,28 | 20,19 | 110,83 |
| полдник:                                         |             |           |         |       |       |        |
| Плюшка Московская                                | 100гр.      |           | 379,00  | 7,08  | 13,14 | 55,74  |
| Чай с сахаром                                    | 200гр.      |           | 40,00   | 0,53  |       | 9,47   |
| Всего в полдник                                  | 300гр.      |           | 419,00  | 7,61  | 13,14 | 65,21  |
| Всего за день                                    |             |           | 1943,35 | 57,34 | 63,79 | 266,00 |

Зав. Производством

*[Signature]*

Калькулятор