

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мегасити Б"

Исупкина О.Г.

Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

Согласовано

Бакина Л.В. Бакина



МЕНЮ

1 - 4 классы

3 дня 1 неделя

На 29 октября 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Омлет натуральный	1065гр.		284,00	10,78	19,20	2,04
Макаронные изделия отварные с сыром	100/205гр.		209,09	8,45	9,95	21,32
Жакао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26,00
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,00
Всего в завтрак	506гр.		816,45	29,45	30,46	89,36
обед:						
Салат из свеклы отварной	80гр.		55,68	0,85	3,81	4,95
Суп картофель с рисом и рыбными консервами с зеленью	30/200/2гр.		105,06	1,70	2,27	12,57
Оладьи из печени с соусом	50/50гр.		184,00	9,34	11,28	4,88
Пюре картофельное	150гр.		143,73	3,06	2,33	18,13
Компот из кураги	180гр.		103,32	1,17	0,07	40,21
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,40
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,52
Всего в обед	773гр.		716,90	20,28	26,19	110,83
полдник:						
Печенье Московское	100гр.		379,00	7,08	13,14	55,74
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,63		9,47
Всего в полдник	300гр.		419,00	7,61	13,14	65,21
Всего за день			1943,35	67,34	69,79	265,40

Зам. Производства

Калькулятор