

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Р.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

Бакина И.В. Бакина

МЕНЮ

1 - 4 классы

2 день 1 неделя

На 11 ноября 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Икра кабачковая порционно	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Сосиска отварная	56/5гр.		200,08	6,77	18,97	0,33
Каша рассыпч.из гречневой крупы	150/7гр.		246,49	8,69	6,15	39,07
Чай с сахаром	180гр.		36,00	0,47		8,52
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	518гр.		715,54	22,88	28,19	91,22
обед:						
Зеленый горошек консервированный	60гр.		24,12	1,86	0,12	3,90
Рассольник ленинградский,с зелен.	200/3/10гр.		94,20	1,63	4,12	9,70
Тефтели из говядины с соусом	50/40гр.		235,63	6,80	4,92	8,23
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,90	5,10	7,50	28,50
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
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.		734,96	19,97	17,29	89,11
полдник:						
Пончик со сгущенкой	100гр.		365,00	9,18	14,13	50,30
Кисель	200гр.		145,08	0,24	0,12	35,76
Всего в полдник	300гр.		510,08	9,42	14,25	86,06
Всего за день			1960,58	52,27	59,73	266,39

Зав. Производством

Калькулятор