

Утверждено

Зам. директора ООО "Вымпел-СМУ"



Сотрудники

Директор МБОУ ЦОС № 105 г. Самара

Барина И.В. Барина

МЕНЮ

1 - 4 классы

2 дня 1 неделя

На 25 ноября 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Мясо кабачковая порционная	30гр.		34,33	0,31	2,43	2,33
Слоеный пирог	30/3гр.		100,58	0,77	10,37	9,33
Рисово-растительный кремлевский суп	110/7гр.		140,49	0,39	0,13	10,17
Чай с сахаром	100гр.		38,70	0,47		0,32
Батон	70гр.		100,34	0,44	0,54	40,03
Всего в завтраке	240гр.		715,54	22,38	28,19	91,22
обед:						
Запеченный картофель консервированный	80гр.		24,12	1,80	0,12	3,06
Рисовый суп ленинградский с зеленью	230/2/10гр.		94,23	1,63	4,13	9,79
Пюре из картофеля с соусом	80/80гр.		215,83	0,80	4,02	9,23
Макаронные изделия отварные	110гр.		201,90	1,10	7,50	18,50
Чай с сахаром	200гр.		40,38	0,93		0,47
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,07	0,30	14,43
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,08	0,23	14,52
Всего в обед	772гр.		724,95	18,57	17,29	88,11
полудник:						
Пюре из тыквы	100гр.		105,00	0,10	14,10	10,30
Каша	200гр.		140,08	0,24	0,12	15,78
Всего в полудне	300гр.		245,08	0,42	14,28	26,08
Всего за день			1985,58	62,27	69,73	285,39

Зам. ГИГИЕНА

Календарь