

Утверждено

Зам. директора ООО "Мета-сити"

(Степанова О. Г.)



МЕНЮ

1 - 4 классы

4 день 1 недели

На 27 ноября 2025 г.

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105 г.о. Самара

(Подпись)

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Творожная из творога со стевией и малиной	135/13гр.		379,43	23,02	15,14	38,35
Кофейный напиток с молоком	180гр.		90,54	2,85	2,41	14,38
Сок	200гр.		88,60	1,00	0,30	20,28
Батон	80гр.		225,58	7,30	0,14	46,40
Всего в завтрак:	510гр.		774,25	34,23	18,49	119,30
обед:						
Салат курица помидоры зап. горчицей	80гр.		48,14	0,91	3,13	4,72
Щи из свеклы капусты с картофелем	300/103гр.		73,68	1,43	4,06	6,38
Котлета куриная с пюре	50/50гр.		172,38	8,04	9,07	9,5
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.		231,88	8,90	4,13	30,54
Каша из пшена с яблом	180гр.		104,54	0,46	0,18	22,38
Хлеб пшеничный	30гр.		78,14	2,37	0,20	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		64,87	1,28	0,33	14,52
Всего в обед:	770гр.		709,73	23,39	21,69	112,11
полдник:						
Печенье с повидлом	100гр.		212,84	4,93	1,67	44,45
Комбинированный продукт (какао)	200гр.		118,30	3,81	0,40	8,05
Всего в полдник:	300гр.		330,90	10,41	6,27	52,45
Всего за день:			1814,78	68,03	47,35	283,86

Зам. Принадлежности

Безусловно