

Утверждено

Зам. директора ООО "Мир"



Согласовано

Директор МБОУ Школа №

г.о. Самара



МЕНЮ

5 - 11 классы

4 день 2 недели

На 05 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Яйца вареные	40гр.		70,87	6,71	6,17	0,31
Омлет картофельный	20гр.		71,68	4,64	5,60	
Каша овсяная молочная из риса и пшена	200/10гр.		249,12	3,40	15,60	23,33
Какао с молоком	200гр.		126,11	3,76	6,67	26,00
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Всего в завтрак	555гр.		743,44	24,89	28,28	69,04
Обед:						
Запеченный картофель консервированный	100гр.		40,20	3,10	0,20	6,50
Суп картофельный с клецками и заливкой	250/3гр.		144,26	3,56	4,59	18,79
Бефстроганов из филе птицы	50/50гр.		190,50	12,13	14,81	7,00
Каша рассыпчатая из протертых круп	150/7гр.		231,86	6,90	4,10	39,84
Компот из свежих ягод	200гр.		116,96	0,52	0,18	34,84
Блишечки	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Блишечки	30гр.		68,97	1,66	0,33	14,82
Всего в обед	870гр.		662,02	32,26	24,61	121,28
полдник:						
Печенье Московское	100гр.		379,06	7,08	13,14	55,74
Кисломолочный продукт кефир	250гр.		147,88	7,26	8,00	10,00
Всего в полдник	350гр.		526,94	14,34	21,14	65,74
Всего за день			2122,96	71,49	73,93	263,06

Зам. Промоутера

г.о. Самара