

Утверждаю

Зам. директора



Согласовано
Директор НБСДУ Школа № 105 г.д. Самара
Будникова И. В.

МЕНЮ

1 - 4 классы

2 дня 2 недели

На 16 декабря 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Молоко стерилизованное	10гр.		68,72	6,10	7,20	6,13
Хлебобулочные изделия	10гр.		84,00	6,70	6,27	
Макаронные изделия отварные	100гр.		381,00	5,10	7,20	35,00
Кондитерские изделия печенье	30гр.		114,00	1,44	6,70	13,00
Кофейный напиток с молоком	100гр.		113,00	2,04	1,30	20,92
Ватоп	10гр.		128,34	6,44	0,64	40,00
Всего в завтрак	310гр.		776,06	22,88	28,14	80,21
обед:						
Салат из свеклы отварной	60гр.		65,58	0,65	2,01	4,25
Салатка со сметаной, с зеленью	206/102гр.		211,17	6,60	4,13	13,23
Гарнир из пшена с соусом	60/40гр.		109,62	5,05	8,12	2,31
Пюре из картофеля с маслом	100гр.		265,00	10,64	6,88	29,00
Чай с сахаром	100гр.		36,00	0,44		6,52
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,48
Хлеб ржаной	10гр.		44,97	1,68	0,31	16,32
Всего в обед	763гр.		836,38	26,69	22,18	96,34
полдник:						
Пирожок с повидлом	100гр.		356,00	5,75	2,33	10,36
Ватоп	200гр.		146,68	0,24	0,12	36,76
Чай	300 гр.		411,08	6,38	2,46	91,32
Всего в полдник			913,76	12,37	2,61	138,44
Всего за день			2526,20	51,94	52,93	315,00

Зам. Промоутера

Калькулятор