

Утверждено:

Зам. директора:



Составлено:

Директор МБОУ школы № 105 г.Самара

Трунда Л.В. Трунда

МЕНЮ

5 - 11 классы

2 день 2 неделя

На 16 декабря 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Мясные оладьи	100гр.		81,72	6,61	7,28	0,43
Паштет куриный	50гр.		84,90	6,75	8,27	
Макаронные изделия твердые	200гр.		124,88	1,26	9,02	20,28
Кондитерские изделия печенье	30гр.		118,98	1,44	6,75	13,88
Кофейный напиток с молоком	200гр.		113,03	2,34	1,39	20,02
Батон	100гр.		188,34	6,46	0,84	40,00
Всего в завтрак	680гр.		790,84	25,06	28,96	110,47
обед:						
Салат из помидоры отварной	100гр.		92,89	1,41	0,01	6,78
Супеница со сметаной, с зеленью	150/100гр.		269,75	7,23	6,13	10,8
Пюре картофельное с соусом	100/50гр.		124,98	7,16	0,03	4,08
Пюре из гороха с маслом	100гр.		285,90	13,54	6,89	35,73
Чай с сахаром	200гр.		48,90	0,13		0,47
Хлеб пшеничный	10гр.		79,14	2,17	0,33	14,89
Хлеб ржаной	30гр.		88,97	1,88	0,13	14,82
Всего в обед	580гр.		921,60	34,02	28,98	104,93
полудник:						
Пюре из картофеля	100гр.		285,90	13,54	6,89	35,73
Закуска	100гр.		181,35	6,2	0,13	44,7
Всего в полудник	200гр.		467,25	6,05	2,43	100,26
Всего за день			2180,67	65,13	62,37	215,66

Зам. Протоколентом

Ваша подпись