

Утверждено

Зам. директора ООО "Мастер-Сити"

Исупленна О.Г.



Директор НБОУ Школа № 105 г.о. Самара

Варвара М.И. Кукушова



МЕНЮ

1 - 4 классы

1 день 1 неделя

На 22 декабря 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Масло сливочное	10гр.		46,72	0,10	7,20	0,13
Каша жидкая молочная пышная	150г/гр.		217,14	2,72	8,92	28,32
Кофейный напиток с молоком	180гр.		90,54	2,65	2,41	14,35
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,4	0,4	9,8
Батон	70гр.		136,34	6,44	0,64	40,00
Всего в завтрак	520гр.		616,14	16,51	19,57	93,10
обед:						
Салат из белокоч. капусты с морковью	60гр.		66,47	0,79	3,94	5,11
Суп картофельный с бобовыми с зеленью	200г/гр.		116,06	4,40	4,22	13,27
Плов из филе птицы	37,5/180гр.		336,78	16,66	9,81	33,50
Компот из смеси сухофруктов	200гр.		132,80	1,18	0,30	47,28
Хлеб пшеничный	30гр.		79,14	2,37	0,30	14,48
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,58	0,33	14,82
Всего в обед	710,5гр.		706,08	26,26	18,62	128,45
полдник:						
Сосиска в тесте	100гр.		271,00	9,50	13,84	26,30
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,33		9,47
Всего в полдник	300гр.		311,00	10,13	13,84	36,27
Всего за день			1713,22	51,92	52,01	267,82

Зам. Производством

Вальсупатор