

Утверждено

Зам. директора ООО "МедСтандарт"

Степанова О.Г.

Согласовано

Директор ИБС ОУ Школа № 105 г.о. Самара

Григорьева М.В. Березина Т.О.

МЕНЮ

1 - 4 классы

5 день 2 недели

На 23 января 2026 г.



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Омлет кабачковый порционный	80гр.		34,83	0,91	2,43	2,70
Пюре из тыквы	27,6/100гр.		338,15	15,28	9,81	29,52
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,03		2,47
Ватоп	70гр.		198,34	5,44	2,64	40,88
Всего в завтрак	207,6гр.		611,32	22,36	12,92	66,27
Обед:						
Салат из белокочанной капусты с морковью	80гр.		56,47	0,79	2,04	2,11
Суп картофельный с макаронными изделиями и зеленью	238/100гр.		126,80	2,15	2,27	14
Воспек из мякоти и соусом красным	80/80гр.		80,81	5,33	4,4	7,35
Пюре картофельное	90гр.		212,73	3,08	2,23	19,13
Компот из кураги	180гр.		163,32	1,17	0,67	40,21
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,33	14,48
Хлеб ржаной	10гр.		68,87	1,09	0,33	14,02
Всего в обед	743гр.		732,34	16,57	12,34	115,14
Полдник:						
Варенье Вишневое	100гр.		220,00	9,80	14,36	41,13
Сок разлитый	200гр.		86,60	1,00	0,20	20,30
Всего в полдник	300гр.		406,60	7,80	14,56	61,43
Всего за день			1750,66	47,53	40,78	262,74

Зам. Протокол

(Handwritten signature)

Калькулятор