

Утверждено

Зам. директора ООО "Мага-еда.С"

Степанова О.Г.



Сотверждено

Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

Борисов А.В. Борисов



МЕНЮ

5 - 11 классы
Единица Тирады

На 26 декабря 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Масло сливочное	10гр		45,72	0,10	7,20	0,12
Сыр твердый	20гр		71,66	4,64	3,30	
Ваши мясной молочный из риса и пшени	200/10гр		348,12	3,40	15,30	23,33
Печенье, вафельные конфеты шоколадные	30гр		52,00	1,50	0,34	11,30
Чай с сахаром	200гр		40,00	0,53		9,47
Батон	80гр		226,66	7,36	0,74	40,40
Итого в завтрак	630гр		705,18	17,53	29,58	90,69
обед						
Икра кабачковая порционная	100гр		69,26	1,02	4,86	5,40
Суп мясной с курица, фрикадельками и зеленью	20/230/3гр		136,90	2,20	2,78	15,30
Рыба тушеная с картофелем	20/50гр		131,25	12,16	0,16	4,75
Рис отварной	100/3гр		218,11	3,67	5,42	36,67
Потатон из овощей запеченные	200гр		88,00	0,40	0,27	17,20
Хлеб пшеничный	30гр		78,14	2,57	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр		88,57	1,16	0,33	14,82
Всего в обед	880гр		773,73	23,53	29,15	138,72
полдник:						
Булочка Выборгская	100гр		329,96	6,60	14,38	41,13
Сок разливной	250гр		108,35	1,25	0,25	20,25
Всего в полдник	350гр		428,25	7,85	14,63	61,38
Всего за день			1907,16	48,91	64,44	251,79

Зам. Промоутером

Калькулятор