

Утверждено

Зам. директора ООО "Мет-Секс" _____

Степанова О.Г.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № _____ г. Самара

МЕНЮ

5 - 11 классы

2 день 1 недели

На 27 января 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Неразбеленная пармезан	80гр.		34,83	0,31	2,43	2,70
Сосиски отварные	55/5гр.		293,08	5,77	18,97	0,33
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	200/7гр.		325,60	11,46	8,12	51,52
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,52		9,47
Салат	70гр.		198,34	5,44	0,04	40,50
Всего в завтрак	528гр.		798,85	25,71	30,16	104,52
обед:						
Зеленый горошек консервированный	103гр.		40,20	3,10	0,20	8,50
Рассольник томатный с залив.	250/13/10гр.		107,25	2,00	5,09	11,09
Тафелек из говядины с соусом	60/50гр.		288,88	8,30	6,02	10,06
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,98	5,10	7,50	20,53
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,52		9,47
Хлеб пшеничный	30гр.		73,14	2,37	0,30	14,40
Хлеб ржаной	10гр.		65,87	1,00	0,30	14,82
Всего в обед	583гр.		915,46	23,12	19,44	56,82
полудник:						
Пюре со ступенчатой	100гр.		365,00	9,18	14,13	50,30
Каша	250гр.		181,35	0,30	0,15	44,70
Всего в полудник	350гр.		546,35	9,48	14,28	95,00
Всего за день			2160,66	58,31	63,88	256,44

Зам. Производства

Сам. Производства
