

Утвержден

Зем. директор ООО "Мед-Сити"

С.В.Климова



Директор МБОУ №10 г.А.Самара

С.В.Климова



МЕНЮ

1 - 4 классы

2 день 1 недели

На 24 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Муса кабычакша порционных	80гр		14,53	0,51	2,45	2,70
Сосиска отварная	820гр		231,28	6,77	19,07	0,31
Каша рассыпчатая гречневая крупа	1817гр		245,49	8,03	9,15	30,07
Чай с лимоном	1801гр		37,83	0,47		8,93
Батон	70гр		198,34	6,44	0,54	40,00
Всего в завтрак	5247гр		717,17	22,98	28,19	91,63
обед:						
Салат из свеклы отварной	80гр		55,88	0,05	3,81	4,95
Распль-шик ленинград с птицей с салат	200/10/3-18гр		134,01	3,76	6,46	9,74
Тефтели из говядины с соусом	80/40гр		235,81	6,80	4,92	8,23
Макаронные изделия отварные	150гр		201,95	6,16	7,80	39,50
Компот из яблок сушеных	200гр		132,86	1,18	0,30	47,26
Хлеб пшеничный	30гр		76,14	2,37	0,30	14,40
Хлеб ржаной	30гр		88,97	1,88	0,33	14,01
Всего в обед	762гр		819,13	21,72	23,42	127,89
полдник:						
Пончик со сливочной	60гр		201,60	3,18	14,13	61,30
Кисель	200гр		140,08	0,28	0,12	34,75
Всего в полдник	300гр		341,68	3,42	14,25	96,05
Всего за день			2116,38	54,02	65,86	305,57

Зем. Промоветер

С.В.Климова

Калькулятор