

Утверждено

Зам. директора ООО "Мета-сити"

(Степанова О.Г.)



Согласовано

Директор ИЗОУ Школа № _____ г.о. Самара

(Подпись)



МЕНЮ

5 - 11 классы

0 день 1 марта

На 13 марта 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Масло сливочное	100гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Сыр порционный	20гр.		71,00	4,04	5,90	
Каша овсяная instantная из риса и пшена	200/100гр.		240,12	3,40	15,80	22,33
Конфеты издалека конфеты шоколадные	20гр.		52,00	1,00	0,04	11,30
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,00		8,47
Батон	80гр.		208,00	7,30	0,74	40,40
Итого за завтрак	580гр.		706,16	17,83	29,68	80,63
обед:						
Икра кабачковая порционно	100гр.		69,26	1,02	4,60	3,40
Суп картофель с курицей, фрикадельками, зеленью	20/250/3гр.		136,00	2,20	2,78	10,39
Рыба тушеная с овощами	50/50гр.		131,39	12,19	0,10	4,75
Рис отварной	180/5гр.		262,77	4,38	0,40	43,70
Напиток из ягодного сока	200гр.		88,00	0,40	0,27	17,20
Хлеб пшеничный	20гр.		70,14	2,37	0,00	14,40
Хлеб ржаной	20гр.		69,97	1,88	0,03	14,82
Всего в обед	510гр.		818,39	24,24	21,19	115,81
полдник:						
Булочки Выборские	100гр.		320,00	8,80	14,30	41,13
Сок разлитый	200гр.		108,25	1,20	0,21	20,25
Всего в полдник	300гр.		428,25	7,98	14,61	61,38
Всего за день			1942,82	49,83	65,48	272,89

Зам. Проводителем

Калькулятор

(Подписи)