

Утверждено

Зам. директора ООО "Мега-сити" Ф.

Исупкина



Согласовано

Директор МБОУ Школа №

г. Самара

[Handwritten signature]



Для документов

МЕНЮ

1 - 4 классы
Урок 2 недели

На 16 марта 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Каша овсяная молочная из рисовой крупы	180/10гр.		224,00	4,37	5,26	32,71
Сыр порционный	20гр.		71,85	4,54	5,90	
Чай с сахаром	180гр.		16,00	0,47		6,52
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	0,03
Батон	70гр.		188,34	6,44	0,34	40,60
Всего в завтрак	530гр.		574,40	18,22	12,20	81,83
Обед:						
Мясо кабачковая порционно	60гр.		41,55	0,51	2,91	3,24
Борщ с капустой, картоф. и томатной заливкой	200/10/10/3гр.		109,50	3,51	6,25	9,55
Птица тушенная в соусе	40/60гр.		140,40	10,28	10,40	3,16
Макаронные изделия отварные	150гр.		301,98	5,10	7,50	28,50
Чай с лимоном	180/10гр.		37,82	0,47		6,93
Хлеб пшеничный	80гр.		140,28	4,74	0,50	25,06
Хлеб ржаной	20гр.		58,97	1,68	0,20	14,52
Всего в обед	603гр.		740,23	26,89	26,13	97,17
Полдник:						
Булочка с маком	100гр.		247,00	7,08	11,30	63,32
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,51		3,47
Всего в полдник	300гр.		287,00	8,12	11,30	62,77
Всего за день			1710,63	51,24	54,83	251,67

Зам. Промокадства

[Handwritten signature]

Калькулятор