

Утверждено

Зам. директора ООО "Витас" \_\_\_\_\_

Степанова О.Т.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № \_\_\_\_\_ г.о. Самара

С.В. Степанов



# МЕНЮ

5 - 11 классы  
2 дня 2 недели

На 17 марта 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>завтрак:</b>						
Мини-сэндвичи	100г		88,72	0,10	1,20	0,13
Булочка маршала	100г		84,00	0,78	0,27	
Макаронные изделия твердые	200г		224,40	7,28	0,02	35,20
Кондитерские изделия печенье	100г		114,38	1,44	0,78	11,50
Сладкий напиток с молоком	200г		113,00	2,04	1,99	20,82
Яйца	70г		108,34	0,44	0,04	40,00
<b>Всего в завтрак</b>	<b>800г</b>		<b>789,84</b>	<b>28,08</b>	<b>28,30</b>	<b>110,47</b>
<b>обед:</b>						
Салат из свеклы отварной	100г		62,88	1,41	0,01	0,20
Сок томатный с зеленью	200/130г		280,78	7,23	0,13	18,8
Тарталетки из теста с соусом	80/100г		134,00	7,16	0,03	4,00
Гречка из гарнира с маслом	180г		342,09	19,36	0,20	42,00
Картофель из гарнира с маслом	200г		133,80	1,16	0,30	47,20
Каша из гречки с сухофруктами	100г		70,14	2,37	0,30	14,89
Хлеб пшеничный	100г		48,97	1,08	0,33	14,02
Хлеб ржаной	30г					
<b>Всего в обед</b>	<b>913г</b>		<b>1101,48</b>	<b>37,37</b>	<b>20,23</b>	<b>148,71</b>
<b>полдник:</b>						
Перекус с хлебом	100г		180,00	0,75	0,25	50,00
Каша	210г		181,38	0,3	0,15	44,7
<b>Всего в полдник</b>	<b>310г</b>		<b>467,38</b>	<b>0,09</b>	<b>0,40</b>	<b>100,28</b>
<b>Всего за день</b>			<b>2248,47</b>	<b>48,48</b>	<b>51,81</b>	<b>260,44</b>

Зам. Производства

Калькулятор