

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-Сити-С"

/Степанова О.А./



Согласовано  
МБОУ Школа № 105 г.о. Самара



# МЕНЮ

5 - 11 классы  
1 день 1 неделя

На 06 апреля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>завтрак:</b>						
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Каша жидкая молочная пшеничная	200/10гр.		285,00	7,51	11,72	37,05
Кофейный напиток с молоком	200гр.		113,00	2,94	1,99	20,92
Фрукт яблоко.	100гр.		44,40	0,4	0,4	9,8
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>590гр.</b>		<b>706,46</b>	<b>17,39</b>	<b>21,95</b>	<b>108,50</b>
<b>обед:</b>						
Салат из белокачан. капусты с морковью	100гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Суп гороховый с птицей, с зеленью	250/10/3гр.		145,23	5,34	5,14	16,13
Плов из птицы	50/200гр.		395,00	23,18	13,41	45,56
Чай с лимоном	200/10гр.		41,60	0,53		9,87
Хлеб пшеничный	60гр.		140,28	4,74	0,60	28,98
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>903гр.</b>		<b>885,20</b>	<b>36,80</b>	<b>25,56</b>	<b>123,88</b>
<b>полдник:</b>						
Булочка с изюмом	110гр.		278,00	7,80	6,12	47,80
Чай с сахаром	240гр.		48,00	0,63		11,36
<b>Всего в полдник</b>	<b>350гр.</b>		<b>326,00</b>	<b>8,43</b>	<b>6,12</b>	<b>59,16</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1917,66</b>	<b>62,62</b>	<b>53,63</b>	<b>291,54</b>

Зав. Производством

*[Handwritten signature]*

Калькулятор

105