

Утверждено

Зам. директора ООО "Медиа-Тех" А. Степанов



Согласовано

Директор МБОУ "Лицей № 1" г.о. Самара Т.о. Самаря

МЕНЮ

1 - 4 классы

4 день, 2 неделя

На 16 апреля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Яйца вареные	45 гр.		70,87	6,71	5,17	0,31
Сыр портофано	20 гр.		71,88	4,08	5,90	
Каша овсяная молочная из риса и овсян	150/10 гр.		189,80	2,69	10,01	17,77
Какао с молоком	200 гр.		126,71	3,78	3,67	26,00
Батон	80 гр.		216,00	7,36	3,74	46,40
Всего в завтрак	305 гр.		684,12	24,08	24,51	30,48
Обед:						
Винегрет овощной	60 гр.		82,72	0,97	3,73	5,34
Суп картофельный с овощами и мясом, зелень	200/10 гр.		121,85	4,08	4,02	15,12
Гуляш из филе птицы с овощами	40/2 гр.		116,80	0	4,02	7,74
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7 гр.		246,49	8,62	4,15	39,07
Компот из свежих ягод	100 гр.		184,94	0,25	3,16	22,20
Хлеб пшеничный	30 гр.		70,14	2,07	3,30	14,49
Хлеб ржаной	30 гр.		68,87	1,88	3,33	14,82
Всего в обед	760 гр.		813,81	27,15	22,80	118,93
полдник:						
Печенье Московское	100 гр.		370,00	7,00	13,14	38,74
Сырный продукт кефир	200 гр.		118,00	5,61	6,40	6,03
Всего в полдник	300 гр.		488,00	12,61	19,54	63,74
Всего за день			1985,73	64,12	66,95	273,15

Зам. Производства А. Степанов

Администратор А. Степанов