

Утверждено

Зем. директор ООО "Металл-С" _____

Директор ИСЭП Школа № _____

г.о. Самара

Степанова О.Е.



МЕНЮ

5 - 11 классы

6 день 2 недели

На 18 апреля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Сладкий с мюсли	150/30гр.		438,00	11,8	11,40	11,29
Кисло-молочный продукт Йогурт	120гр		69,88	9,13	1,88	7,29
Какао с молочком сухим	200гр		138,40	3,97	3,8	29,88
Батон	20гр		99,17	3,22	0,10	20,3
Всего в завтрак	500гр		735,45	28,12	18,28	154,66
обед:						
Огурец соевый	100гр		18,03	9,8	0,1	1,10
Суп-пюре домашний, с зеленью	250/3гр.		116,75	2,57	5,58	11,82
Жаркое по-домашнему со сметаной	50/200гр.		947,14	17,57	42,18	23,88
Чай с сахаром	200гр		40,89	6,13		6,47
Хлеб пшеничный	40гр		148,20	4,74	0,00	29,99
Хлеб ржаной	70гр		68,97	1,88	0,33	14,82
Всего в обед	830гр		922,14	37,88	48,71	93,37
полдник:						
Кондитерское изделие печенье	150гр		578,60	1,30	31,06	17,31
Чай с сахаром	200гр		40,00	0,13		3,47
Всего в полдник	350гр		618,60	1,73	33,99	20,77
Всего за день	1680гр		2271,58	67,73	99,98	271,80

Зем. Промоветом

Калькулятор