

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити С"



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



# МЕНЮ

1 - 4 классы

0 20% 1 неделя

На 24 апреля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Масло сливочное	10гр.		46,72	0,18	7,20	0,13
Сыр порционный	20гр.		71,88	4,04	0,90	
Каша овсяная молочная из риса и пшени	180/10гр.		186,81	2,08	12,83	17,77
Кондитер. изделие конфеты шоколадные	30гр.		52,09	1,00	0,04	11,20
Чай с сахаром	200гр.		40,20	0,03		9,47
Батон	40гр.		226,68	7,30	0,74	41,40
<b>Итого в завтрак</b>	<b>500гр.</b>		<b>645,87</b>	<b>16,72</b>	<b>25,91</b>	<b>85,13</b>
обед:						
Икра кабачковая порционно	60гр.		41,55	0,81	2,01	3,24
Суп картофель. с курек. фрикавальями с зеленью	20/200/0гр.		111,09	1,70	2,27	12,57
Рыба тушеная с овощами	50/50гр.		131,25	12,10	0,19	4,75
Рис отварной	180/0гр.		219,11	3,07	5,42	30,57
Напиток из плодов шиповника	180гр.		78,20	0,36	0,24	15,48
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		48,97	1,33	0,31	14,83
<b>Всего в обед</b>	<b>778гр.</b>		<b>712,31</b>	<b>22,67</b>	<b>17,65</b>	<b>102,02</b>
полдник:						
Булочка Выборгская	100гр.		320,00	6,60	14,36	41,13
Сок разлитый	200гр.		86,50	1,00	0,25	20,20
<b>Всего в полдник</b>	<b>300гр.</b>		<b>406,50</b>	<b>7,60</b>	<b>14,61</b>	<b>61,33</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1754,78</b>	<b>46,99</b>	<b>58,13</b>	<b>248,48</b>

Зам. Производством

Калькулятор