

Утверждено
Зам. директора ООО "Мегасити"
Степанова



Согласовано
Директор ООО "Мегасити" № _____ г.о. Самара

Степанова



МЕНЮ

1 - 4 классы
Дань 2 недели

На 27 апреля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Каша овсяная молочная из рисовой крупы	150/10гр		224,00	4,57	0,25	10,71
Сыр порционно	20гр		71,66	4,04	1,91	
Чай с сахаром	100гр		38,00	0,47		8,52
Фрукт яблоко	100гр		44,40	3,40	0,40	8,80
Батон	70гр		190,34	6,44	0,04	40,00
Всего в завтрак	530гр		574,40	18,52	2,60	68,03
Обед:						
Мясо кабачковая порционно	60гр		41,58	0,61	2,91	3,24
Пюре с капустой, картошкой и зеленью	200/10/12/3гр		103,00	3,01	8,30	9,00
Птица тушеная в соусе	40/50гр		149,40	10,20	10,40	3,15
Макаронные изделия отварные	150гр		301,90	5,10	7,50	30,00
Чай с лимоном	100/10гр		37,83	0,47		3,00
Хлеб пшеничный	20гр		140,39	4,74	0,00	25,91
Хлеб ржаной	30гр		60,97	1,06	0,35	14,92
Всего в обед	600гр		749,27	25,08	21,12	97,17
полдник:						
Булочка с маком	100гр		347,00	7,80	11,30	10,30
Чай с сахаром	100гр		40,00	0,51		9,87
Всего в полдник	200гр		387,00	8,31	11,30	20,17
Всего за день			1710,67	51,91	54,02	205,37

Зам. Промоутера

Степанова

Калькулятор