

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити С"

Иванова О.Г.



Для
ДОКУМЕНТОВ

МЕГА-СИТИ
г. Самара

Согласовано

Директор МБОУ (Школа № _____) г.о. Самара

МЕНЮ

1 - 4 классы

3 день 2 недели

На 13 мая 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Огурец свежий	40гр.		4,90	0,28	0,04	0,76
Филе птицы с овощами в соусе	37150гр.		122,40	5,05	8,01	2,91
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	1500гр.		246,48	6,80	6,15	26,07
Чай с лимоном	180/120гр.		37,63	0,47		8,93
Батон	70гр.		188,34	6,44	0,54	40,60
Всего в завтрак	544гр.		609,64	26,43	14,84	92,17
обед:						
Салат из квашеной капусты	60гр.		51,42	1,02	3,00	5,07
Суп картоф. с крутой рисовой с птицей, с зеленью	200/120гр.		68,80	1,58	2,17	9,71
Котлета мясная с соусом	50/50гр.		312,00	8,35	10,07	9,15
Картофель, отварной	150/8гр.		147,09	2,81	0,68	32,25
Напиток из плодов шиповника	180гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,66	0,33	14,82
Всего в обед	718гр.		737,62	18,20	18,62	90,98
полдник:						
Булочка с изюмом	100гр.		278,00	7,80	5,12	47,80
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		5,47
Чай с сахаром	200гр.		218,00	8,33	6,12	57,27
Всего в полдник	300гр.		536,00	16,66	11,34	109,54
Всего за день			1725,26	51,66	37,98	240,42

Зав. Производством

Калькулятор

[Signature]