

Утверждаю

Зам. директора ООО "Милые Ягоды"

Степанова О.Е.



Согласовано

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

*[Signature]*



# МЕНЮ

5 - 11 классы

3 день 2 недели

На 13 мая 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>завтрак:</b>						
Огурец свежий	40гр		4,80	0,28	0,04	0,76
Филе птицы с овощами в соусе	17,50гр		122,48	9,55	8,01	2,81
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	180/1гр		248,48	8,89	6,15	20,37
Чай с лимоном	200/10гр		41,80	0,53		8,87
Батон	73гр		198,34	8,44	0,64	40,90
<b>Всего в завтрак</b>	<b>364гр</b>		<b>813,83</b>	<b>25,49</b>	<b>14,84</b>	<b>83,71</b>
<b>обед:</b>						
Салат из квашеной капусты	100гр		85,70	1,70	0,00	8,45
Суп картоф. с крупой рисовой с птицей с зеленью	250/10/3гр		84,95	1,35	2,67	11,58
Котлета мясная с соусом	80/50гр		312,00	8,36	10,02	9,15
Картофель отварной	180/1гр		178,58	3,35	0,89	25,06
Напиток из плодов шиповника	200гр		88,08	0,40	0,27	17,20
Хлеб пшеничный	30гр		78,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр		88,87	1,88	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>908гр</b>		<b>885,31</b>	<b>19,83</b>	<b>19,25</b>	<b>932,65</b>
<b>полдник:</b>						
Булочка с изюмом	110гр		305,80	8,58	6,73	32,58
Чай с сахаром	240гр		48,00	0,63		11,36
<b>Всего в полдник</b>	<b>350гр</b>		<b>353,80</b>	<b>9,21</b>	<b>6,73</b>	<b>63,94</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1852,74</b>	<b>54,53</b>	<b>40,82</b>	<b>259,70</b>

Зав. Производством

Калькулятор

*[Signature]*