

Утверждаю

Зам. директора ООО "Медиа-Сити С"

Исметкина О.Г.



Согласовано

Директор МБОУ "Школа № _____" г.о. Самара

[Signature]

МЕНЮ

5 - 11 классы

4 день, 2 недели

На 14 мая 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Сыр порционно	25гр.		71,88	4,84	5,90	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/10гр.		249,12	3,40	15,80	23,33
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,87	26,00
Батон	80гр.		228,68	7,38	0,74	48,40
Всего в завтрак	555гр.		743,44	24,89	28,28	96,04
Обед:						
Венегрет овощной	100гр.		97,88	1,82	6,20	8,90
Суп картофель с клецками и яйцом, с зеленью	250/10/3гр.		190,08	8,14	7,43	18,88
Гуляш из филе птицы с овощами	90/50гр.		132,00	8,88	8,9	8,60
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	180/7гр.		293,59	10,35	7,32	48,53
Компот из свежих ягод	200гр.		118,80	0,52	0,18	34,84
Хлеб пшеничный	30гр.		78,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,88	0,33	14,82
Всего в обед	910гр.		929,28	31,88	28,66	136,84
полдник:						
Плюшка Московская	100гр.		370,00	7,08	13,14	55,74
Кисломолочный продукт кефир	250гр.		147,80	7,26	8,00	10,00
Всего в полдник	350гр.		517,80	14,34	21,14	65,74
Всего за день			2190,20	70,78	78,08	298,62

Зав. Производства

[Signature]

Калькулятор