

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мегасити"

[Signature]
Степанов О.В.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 107 г.о.Самара



МЕНЮ

1 - 4 классы

Срок 1 неделя

На 22 мая 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Масло сливочное	10гр		85,72	3,10	7,20	0,13
Сыр твердый	20гр		71,88	4,94	5,90	
Каша овсяная молочная со риса и пшена	150/10гр		189,81	2,58	12,03	17,77
Кондитер изделия конфеты шоколадные	30гр		52,80	1,50	0,04	11,36
Чай с сахаром	230гр		40,80	0,43		0,47
Салат	80гр		229,88	7,36	0,74	48,40
Итого в завтрак	500гр		645,87	18,72	25,91	35,13
обед:						
Мясо кабачковая порционно	80гр		41,58	0,91	2,91	0,24
Суп картофель куриный фрикадельками с зеленью	30/100/3гр		111,09	1,78	2,27	12,57
Рыба тушеная с овощами	30/10гр		131,28	12,18	6,18	4,79
Рис отварной	110/5гр		210,11	3,87	0,42	36,87
Мороженое со вкусом ванили	180гр		78,20	0,36	0,24	10,48
Хлеб пшеничный	30гр		70,14	1,27	0,30	14,48
Хлеб ржаной	30гр		66,87	1,00	0,33	14,83
Всего в обед	770гр		712,31	32,87	17,69	102,02
полдник:						
Вуффины Выборгские	100гр		320,00	6,80	14,36	41,13
Сок разлитый	200гр		88,60	1,00	0,20	20,20
Всего в полдник	300гр		408,60	7,80	14,56	61,33
Всего за день			1764,78	46,80	63,13	248,48

Зам. Протоиерея

Калькулятор

[Signature]