

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити С"



Согласовано

Начальник лагеря МБОУ Школа № 105, г. Самара



МЕНЮ

На 11 июня 2026г.

Наименование блюд	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Масло сливочное	10гр.	0,10	7,20	0,13	65,72
Сыр порционно	20гр.	4,64	5,90		71,66
Сосиска отварная	50гр.	4,61	7,35	0,39	86,14
Макаронные изделия отварные	200/10гр.	6,80	10,00	38,00	269,20
Чай с сахаром, молоком	200гр.	1,52	1,35	15,90	81,00
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего в завтрак:	560гр.	24,11	32,44	95,02	772,06
Обед:					
Помидор натуральный свежий	60гр.	0,83	0,15	2,85	16,50
Суп картофельный с клецками, птицей и зеленью	250/10/3гр.	6,14	7,43	18,66	150,08
Оладьи из печени с соусом	50/50гр.	9,34	11,28	4,66	164,00
Картофель отварной	150/5гр.	2,81	0,56	22,26	147,09
Компот из свежих яблок	200гр.	0,16	0,16	23,88	114,60
Хлеб пшеничный	2/30гр.	4,74	0,60	28,98	140,28
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
Всего в обед:	868гр.	26,70	20,51	116,11	801,52
Полдник:					
Булочка с изюмом	100гр.	7,80	6,12	47,80	278,00
Напиток из плодов шиповника	200гр.	0,40	0,27	17,20	88,00
Всего в полдник:	300гр.	8,20	6,39	65,00	366,00
Всего за день:		58,01	59,34	276,13	1939,58
Стоимость: 296,28 руб.					

Повар

Калькулятор