

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мен-Бит"

И.Степкина



Согласовано  
Начальник лагеря МБОУ Школа № 105 г. Самара

И.Степкина



## МЕНЮ

На 15 июня 2026г.

Наименование блюд	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
<b>Завтрак:</b>					
Масло сливочное	10гр.	0,1	7,2	0,13	65,72
Яйцо вареное	40гр.	5,08	4,60	0,28	62,84
Сыр порционнo	20 гр.	4,64	5,90		71,66
Каша молочная из рисовой крупы	200/10гр.	6,00	10,85	42,94	294,00
Какао с молоком	200гр.	3,78	0,67	26,00	125,11
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34
<b>Всего в завтрак:</b>	<b>550гр.</b>	<b>26,04</b>	<b>29,86</b>	<b>109,95</b>	<b>817,67</b>
<b>Обед:</b>					
Салат из моркови с яблоками	75гр.	0,65	3,92	5,91	61,43
Рассольник ленинградский с птицей, зелен.	250/10/10/3гр.	4,60	7,90	11,92	151,81
Котлета рубленая из птицы с соусом	50/50гр.	8,04	9,06	9,50	154,00
Макаронные изделия отварные	150гр.	5,10	7,50	28,50	201,90
Чай с сахаром	200гр.	0,53		9,47	40,00
Хлеб пшеничный	2/30гр.	4,74	0,60	28,98	140,28
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
<b>Всего в обед:</b>	<b>888гр.</b>	<b>25,34</b>	<b>29,31</b>	<b>109,10</b>	<b>818,39</b>
<b>Полдник:</b>					
Булочка с изюмом	100гр.	7,80	6,12	47,80	278,00
Компот из ягод	200гр.	0,52	0,18	24,84	116,60
<b>Всего в полдник:</b>	<b>300гр.</b>	<b>8,32</b>	<b>6,30</b>	<b>72,64</b>	<b>394,60</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>59,70</b>	<b>65,47</b>	<b>291,69</b>	<b>2030,66</b>
<b>Стоимость: 296,28 руб.</b>					

Повар

Калькулятор

105