Утверждаю

Зам.директора по ВР

Согласовано

Директор МБОУ Школа №

г.о.Самара

МЕНЮ

5 - 11 классы

4 день 2 недели

На 24 сентября 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	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Каша вязкая жолочная из риса и пшена	200/10гр.		349,12	3,40	15,80	23,33
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26,00
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Всего в завтрак	555гр.		743,44	24,89	28,28	96,04
Обед:						
Винегрет овощной	100гр.		97,80	1,62	6,20	8,90
Суп картоф.с клецками и птицей,с зелен.	250/10/3гр.		150,08	6,14	7,43	15,65
Гуляш из филе птицы с овощами	50/50гр.		132,00	8,88	9,9	8,80
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	180/7гр.		293,59	10,35	7,32	46,63
Компот из свежих ягод	200гр.		116,80	0,52	0,18	24,84
Хлеб пшеничный	30гр.		76,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		58,37	1,66	0,33	14,82
Всего в обед	910гр.		929,26	31,58	29,66	136,84
полдник:						
Плюшка Московская	100гр.		370,80	7,08	13,14	55,74
Кисломолочный продукт кефир	250гр.		147,60	7,26	8,00	10,00
Всего в полдник	350гр.		517,50	14,34	21,14	65,74
Всего за день			2190,20	70,79	79,08	298,62

Зав. Производством

Калькулятор