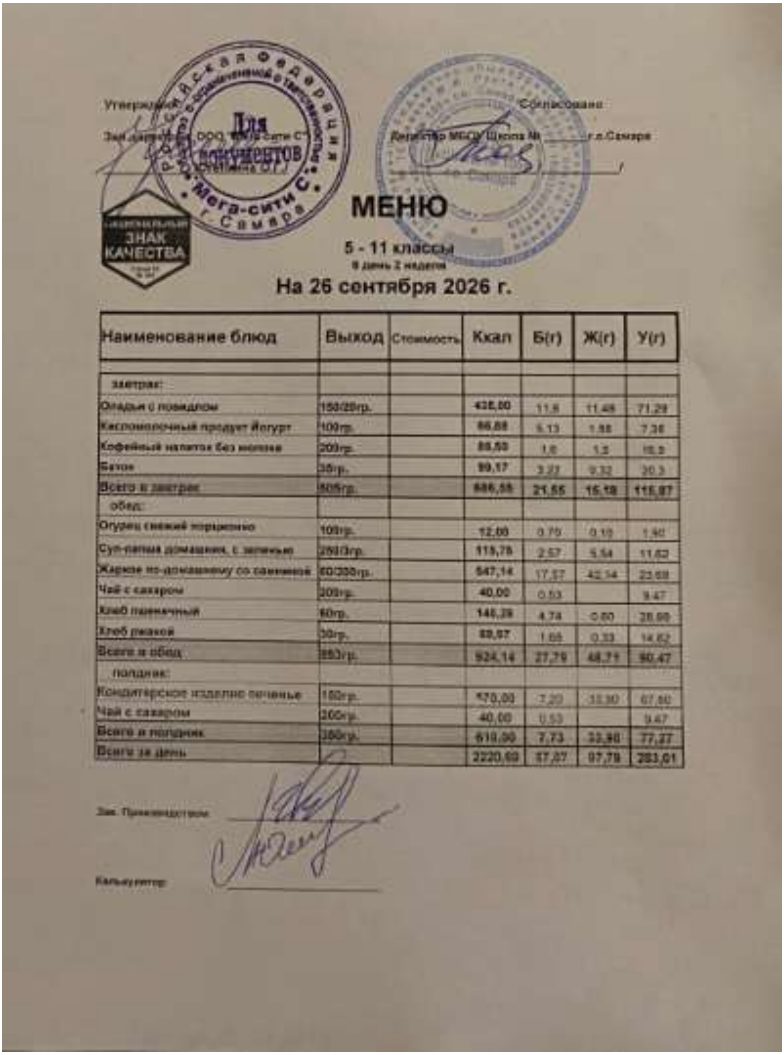

Утверждаю
Зам.директора ООО "Мега-сити С"
Степанова О.Г.

Согласовано
Директор МБОУ Школа № ________ г.о.Самара

Для документов
ООО «Мега-сити С» г. Самара

МЕНЮ

5 - 11 классы
6 день 2 недели

На 26 сентября 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Оладьи с повидлом	150/20гр.		428,00	11.6	11.48	71.29
Кисломолочный продукт Йогурт	100гр.		86,88	5.13	1.98	7.38
Кофейный напиток без молока	200гр.		80,50	1.6	1.5	15.3
Батон	35гр.		99,17	3.22	0.32	20.3
Всего в завтрак	505гр.		686,55	21,55	15,18	115,87
обед:						
Огурец свежий порционно	100гр.		12,00	0.70	0.10	1.90
Суп-лапша домашняя, с зеленью	250/3гр.		115,75	2.57	5.54	11.62
Жаркое по-домашнему со свининой	60/300гр.		547,14	17.57	42.14	23.68
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0.53		9.47
Хлеб пшеничный	60гр.		146,28	4.74	0.60	28.98
Хлеб ржаной	30гр.		69,07	1.65	0.33	14.62
Всего в обед	893гр.		924,14	27,79	48,71	90,47
полдник:						
Кондитерское изделие печенье	150гр.		570,00	7.20	33.30	67.80
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0.53		9.47
Всего в полдник	350гр.		610,00	7,73	33,30	77,27
Всего за день			2220,69	57,07	97,79	283,01

Зав. Производством ________

Калькулятор ________