

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити С"

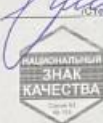
(подпись)

Согласовано

Согласовано

Директор МБОУ ЦОС № 1

г. Самара



МЕНЮ

1 - 4 классы

100% 2 недели

На 05 октября 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	150/10гр.		224,00	8,57	8,28	32,71
Чай с сахаром	180гр.		36,00	0,47		8,52
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон с сыром	90гр.		278,00	11,08	8,34	40,80
Всего в завтрак	530гр.		574,40	15,52	15,20	91,63
Обед:						
Помидор свежий порционно	60гр.		13,20	0,66	0,12	2,28
Борщ с капустой, картоф. и птицей, с зелень	200/10/10/3гр.		109,50	3,61	6,30	9,55
Птица тушеная в соусе	40/50гр.		149,40	10,38	10,49	3,15
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,80	5,10	7,50	28,50
Чай с лимоном	180/10гр.		37,63	0,47		8,93
Хлеб пшеничный	60гр.		146,28	4,74	0,60	28,96
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	803гр.		720,88	26,64	25,34	96,21
Полдник:						
Булочка с маком	100гр.		347,00	7,80	11,30	53,30
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	300гр.		387,00	8,33	11,30	62,77
Всего за день			1682,28	53,29	51,84	250,61

Зам. Производства

Калькулятор