Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Г./

Согласовано

Директор МБОУ Школа № ____ г.о.Самара

/ _____ /

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЗНАК КАЧЕСТВА

Серия 63 № 105

МЕНЮ

5 - 11 классы

6 день 1 неделя

На 14 ноября 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Оладьи с повидлом	150/20гр.		435,00	11,6	11,48	71,29
Кисломолочный продукт Йогурт	100гр.		66,88	5,13	1,88	7,38
Кофейный напиток без молока	200гр.		85,50	1,6	1,5	16,9
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Всего в завтрак	**505гр.**		**686,55**	**21,55**	**15,18**	**115,87**
обед:						
Огурец натуральный соленый	100гр.		10,00	0,80	0,10	1,70
Суп картофе. с фасолью и зеленью	250/3гр.		148,25	5,49	5,27	16,54
Рагу из филе птицы	50/200гр.		305,60	16,2	18,09	16,58
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	60гр.		140,28	4,74	0,60	28,98
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	**893гр.**		**713,10**	**29,44**	**24,39**	**88,09**
полдник:						
Кондитерское изделие печенье	150гр.		570,00	7,20	33,90	67,80
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	**350гр.**		**610,00**	**7,73**	**33,90**	**77,27**
Всего за день			**2009,65**	**58,72**	**73,47**	**281,23**

Зав. Производством _____

Калькулятор _____