Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити"

Степанян О.Г.

Для документов

Согласовано

Директор МБОУ "Школа №

г.о.Самара

# МЕНЮ

1 - 4 классы

2 день 2 неделя

На 18 ноября 2026 г.

| Наименование блюд | Выход | Стоимость | Ккал | Б(г) | Ж(г) | У(г) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| завтрак | | | | | | |
| Огурец натуральный соленый | 60гр. | | 8,00 | 0,48 | 0,06 | 1,02 |
| Филе птицы с овощами в соусе | 270/50гр. | | 122,40 | 8,00 | 12,01 | 2,91 |
| Каша рассыпчатая из гречневой крупы | 150/7гр. | | 248,40 | 5,69 | 0,15 | 38,27 |
| Чай с лимоном | 180/10гр. | | 37,63 | 0,47 | | 9,93 |
| Батон | 70гр. | | 186,34 | 6,44 | 0,54 | 40,90 |
| **Всего в завтрак** | **664гр.** | | **810,00** | **28,83** | **18,86** | **92,43** |
| обед | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью | 60гр. | | 16,47 | 0,76 | 3,04 | 0,11 |
| Суп картоф. с крупой рисовой с птицей,с зелен | 250/10гр. | | 68,80 | 1,58 | 2,77 | 9,71 |
| Котлета мясная с соусом | 90/50гр. | | 312,00 | 9,38 | 16,22 | 6,43 |
| Картофель отварной | 150/5гр. | | 147,89 | 2,91 | 0,16 | 33,28 |
| Напиток из плодов шиповника | 180гр. | | 79,20 | 0,36 | 0,24 | 15,48 |
| Хлеб пшеничный | 30гр. | | 70,14 | 2,27 | 0,30 | 14,49 |
| Хлеб ржаной | 30гр. | | 66,67 | 1,98 | 0,33 | 14,52 |
| **Всего в обед** | **768гр.** | | **802,87** | **17,87** | **22,26** | **91,02** |
| полдник | | | | | | |
| Булочка с изюмом | 100гр. | | 279,00 | 7,80 | 8,10 | 47,50 |
| Чай с сахаром | 200гр. | | 40,00 | 0,03 | | 9,47 |
| **Всего в полдник** | **300гр.** | | **318,00** | **8,33** | **8,12** | **57,27** |
| Всего за день | | | **1730,83** | **61,93** | **47,24** | **240,72** |

Зам. Производством

Калькулятор