Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити"

Степанов С.Г.

Согласовано

Директор МБОУ

г.о. Самара

Для документо

МЕНЮ

1 - 4 классы

день 1 недели

На 20 ноября 2026 г.

Наименование Блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Каша кабачковая пшеничная	60гр.		97,80	2,61	2,81	5,04
Плов из птицы	37,5/150гр.		286,35	10,37	9,81	33,60
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,23		9,47
Батон	70гр.		196,34	5,44	2,64	40,60
Всего в завтрак	**517,5гр.**		**666,14**	**23,98**	**13,30**	**88,81**
Обед:						
Огурец натуральный соленый	60гр.		8,88	0,48	0,06	1,02
Щи из свежей капусты с картофелем курицей,с зелен	200/10/20гр.		90,79	1,74	5,34	8,40
Рагу из филе птицы	37,5/150гр.		262,70	12,13	12,51	12,44
Компот из кураги	180гр.		110,32	1,17	0,07	40,21
Хлеб пшеничный	60гр.		140,28	4,74	0,60	28,98
Хлеб ржаной	30гр.		69,87	1,66	0,33	14,62
Всего в обед	**740,0гр.**		**726,06**	**21,96**	**20,97**	**103,86**
полдник:						
Булочка Выборгская	100гр.		330,89	6,60	14,36	47,13
Сок разливной	200гр.		80,00	1,20	0,20	20,20
Всего в полдник	**180гр.**		**406,60**	**7,80**	**14,56**	**81,33**
Всего за день			**1677,8**	**53,51**	**48,89**	**282,34**

Зам. Руководителя

Калькулятор