Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

Согласовано

Директор МБОУ "Школа №

г.о.Самара







МЕНЮ

5 - 11 классы

1 день 2 неделя

на 20 ноября 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Икра кабачковая порционно	50гр.		41,00	0,61	2,91	3,24
Гуляш из птицы	200/50гр.		366,06	22,19	13,41	40,56
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	70гр.		166,34	6,44	0,84	40,40
Всего в завтрак	520гр.		674,09	30,76	16,96	88,87
Обед:						
Огурец натуральный соленый	100гр.		10,00	0,80	0,10	1,70
Щи из свежей капусты с картофелем курицей с жирн.	250/10/15гр.		96,28	2,13	7,76	7,67
Рагу из филе птицы	90/200гр.		305,80	16,2	19,09	16,50
Компот из кураги	200гр.		114,80	1,3	0,06	44,56
Хлеб пшеничный	40гр.		140,28	4,74	0,56	25,96
Хлеб ржаной	30гр.		69,47	1,68	0,33	14,52
Всего в обед	913гр.		736,73	26,85	28,90	114,92
полдник:						
Булочка Выборгская	100гр.		320,00	6,00	14,30	41,13
Сок разливной	200гр.		108,25	1,25	0,25	25,25
Всего в полдник	340гр.		428,25	7,25	14,81	66,38
Всего за день			1839,07	64,46	60,63	270,08

Зав. Производством

Калькулятор