Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

Стопкина О.Г.

Российская Федерация
Общество с ограниченной ответственностью
"Мега-сити С"
Для документов
г. Самара

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

М.В.Барина

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЗНАК КАЧЕСТВА

МЕНЮ

1 - 4 классы

1 день 1 неделя

На 23 ноября 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Каша жидкая молочная пшенная с маслом слив.	160/10гр.		282,86	5,82	16,12	28,35
Кофейный напиток с молоком	180гр.		90,54	2,85	2,41	14,35
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,4	0,4	9,8
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	**520гр.**		**616,14**	**15,51**	**19,57**	**93,10**
обед:						
Салат из белокач. капусты с морковью	60гр.		56,47	0,79	3,64	5,11
Суп гороховый с птицей, с зеленью	200/10/3гр.		117,62	4,33	4,17	13,07
Плов из птицы	37,5/150гр.		286,25	16,37	9,81	33,50
Чай с лимоном	200/10гр.		41,60	0,53		9,87
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	**760,5гр.**		**711,19**	**28,44**	**18,55**	**105,35**
полдник:						
Булочка с изюмом	100гр.		278,00	7,80	6,12	47,80
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	**300гр.**		**318,00**	**8,33**	**6,12**	**57,27**
Всего за день			**1645,33**	**52,28**	**44,24**	**255,72**

Зав. Производством

Калькулятор