Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Г./

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

МЕНЮ

1 - 4 классы

2 день 1 неделя

На 24 ноября 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Омлет натуральный	105/5гр.		284,00	10,78	19,20	2,04
Макаронные изделия отварные с сыром	100/20/5гр.		209,00	8,45	9,95	21,32
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26,00
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	**505гр.**		**816,45**	**29,45**	**30,46**	**89,96**
обед:						
Зеленый горошек консервированный	60гр.		35,52	1,73	1,63	3,47
Рассольник ленинград. с птицей,с зелен.	200/10/3/10гр.		124,01	3,76	6,46	9,74
Тефтели из говядины с соусом	50/40гр.		235,63	6,80	4,92	8,23
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.		246,49	8,69	6,15	39,07
Компот из смеси сухофруктов	200гр.		132,80	1,16	0,30	47,26
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	**790гр.**		**913,56**	**26,19**	**20,09**	**137,08**
полдник:						
Пончик со сгущенкой	100гр.		365,00	9,18	14,13	50,30
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	**300гр.**		**405,00**	**9,71**	**14,13**	**59,77**
Всего за день			**2135,01**	**65,35**	**64,68**	**286,81**

Зав. Производством

Калькулятор