Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Г./

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 105 г.о.Самара

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЗНАК КАЧЕСТВА

МЕНЮ

5 - 11 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	150/20/5гр.		292,60	11,84	13,93	29,85
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	**555гр.**		**900,05**	**32,84**	**34,44**	**98,49**
обед:						
Зеленый горошек консервированный	100гр.		40,20	3,10	0,20	6,50
Рассольник ленинград. с птицей,с зелен.	250/10/3/10гр.		151,81	4,60	7,90	11,92
Тефтели из говядины с соусом	60/50гр.		288,00	8,32	6,02	10,06
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	180/7гр.		293,59	10,35	7,32	46,53
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	**930гр.**		**1045,51**	**31,58**	**22,37**	**151,58**
полдник:						
Пончик со сгущенкой	100гр.		365,00	9,18	14,13	50,30
Чай с сахаром	250гр.		50,00	0,66		11,83
Всего в полдник	**350гр.**		**415,00**	**9,84**	**14,13**	**62,13**
Всего за день			**2360,56**	**74,26**	**70,94**	**312,20**

Зав. Производством

Калькулятор