

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити" С.С.

Степкина О.



## МЕНЮ

1 - 4 классы  
3 день 1 неделя

На 04 декабря 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		80,00				
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
<b>Всего в завтрак</b>	<b>505гр.</b>		<b>816,45</b>	<b>29,45</b>	<b>30,46</b>	<b>89,96</b>
обед:		105,00				
Салат из свеклы отварной	60гр.		55,68	0,85	3,61	4,95
Суп картоф.с рисом и рыбными конс.,с зелен.	20/200/3гр.		105,06	1,79	2,27	12,57
Оладьи из печени с соусом	50/50гр.		164,00	9,34	11,28	4,66
Пюре картофельное	150гр.		149,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	180гр.		103,32	1,17	0,07	40,21
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>773гр.</b>		<b>716,90</b>	<b>20,28</b>	<b>20,19</b>	<b>110,83</b>
полдник:		35,86				
Кекс	50гр.		222,50	2,85	12,05	17,50
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
<b>Всего в полдник</b>	<b>250гр.</b>		<b>262,50</b>	<b>3,38</b>	<b>12,05</b>	<b>26,97</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1795,85</b>	<b>53,11</b>	<b>62,70</b>	<b>227,76</b>
Сок (витаминизация)	100гр.	19,81	43,30	0,50	0,10	10,10

Зав. Производством

Калькулятор