

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"  
Степкина Е.Г.

Директор МБОУ Школа № 10  
Самара



# МЕНЮ

4 классы  
4 день 2 недели

На 11 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>		<b>80,00</b>				
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Сыр порционнo	20гр.		71,66	4,64	5,9	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.		189,80	2,59	12,03	17,77
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
<b>Всего в завтрак</b>	<b>505гр.</b>		<b>684,12</b>	<b>24,08</b>	<b>24,51</b>	<b>90,48</b>
<b>Обед:</b>		<b>105,00</b>				
Зеленый горошек консервированный и хлеб пшеничный	80гр.		90,24	3,92	0,4	17,74
Суп картофель. с клецками, с зеленью	200/3гр.		115,74	2,85	3,68	15,08
Бефстроганов из филе птицы	40/50гр.		149,62	10,91	13,32	1,80
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Компот из свежих ягод	180гр.		104,94	0,46	0,16	22,35
Хлеб ржаной.	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>733гр.</b>		<b>761,37</b>	<b>28,72</b>	<b>21,99</b>	<b>111,63</b>
<b>Полдник:</b>						
<b>Родительские средства</b>		<b>45,00</b>				
<b>СВО</b>		<b>35,86</b>				
Пончик со сгущенкой	100гр.		365,00	9,18	14,13	50,3
Кисломолочный продукт кефир	200гр.		118,00	5,81	6,4	8,00
<b>Всего в полдник</b>	<b>300гр.</b>		<b>483,00</b>	<b>14,99</b>	<b>20,53</b>	<b>58,30</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1926,49</b>	<b>67,79</b>	<b>67,03</b>	<b>260,41</b>

Зав. Производством

Калькулятор