



Директор МБОУ Школа № 74 г. Саранска



## МЕНЮ

1 - 4 классы  
3 день 1 неделя

На 20 марта 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>завтрак:</b>		<b>80,00</b>				
Омлет натуральный	105/5гр.		284,00	10,78	19,20	2,04
Макаронные изделия отварные с сыром	100/20/5гр.		209,00	8,46	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>29,46</b>	<b>30,46</b>	<b>89,96</b>
<b>обед:</b>		<b>105,00</b>				
Салат из свежих отварной и хлеба пшеничный	80гр.		116,54	3,08	3,31	18,62
Суп картофель 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 ржаной	30гр.		68,97	1,66	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>765гр.</b>		<b>707,62</b>	<b>20,14</b>	<b>19,69</b>	<b>110,01</b>
<b>полдник:</b>						
Родительские средства		<b>45,00</b>				
СВО		<b>35,86</b>				
Фрукт яблоко	50гр.		22,20	0,20	0,20	4,90
Кекс столичный	50гр.		210,00	3,05	9,23	28,71
Чай с молоком	200гр.		158,00	2,31	10,02	15,00
<b>Всего в полдник</b>	<b>300гр.</b>		<b>381,20</b>	<b>5,56</b>	<b>19,45</b>	<b>48,61</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1915,27</b>	<b>55,15</b>	<b>69,60</b>	<b>246,58</b>

Зав. Производством

Калькулятор