

Утверждаю

Директор ООО «Мега-Сити»



г.о. Самара

МЕНЮ

5 - 11 классы
4 день 2 неделя

На 11 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		85,00				
Яйца вареные	45гр.	70,87	5,71	5,17	0,31	
Сыр порционно	20гр.	71,66	4,64	5,9		
Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/10гр.	249,12	3,4	15,8	23,33	
Какао с молоком	200гр.	125,11	3,78	0,67	26	
Батон	80гр.	226,68	7,36	0,74	46,40	
Всего в завтрак	555гр.	743,44	24,89	28,28	96,04	
Обед:		110,00				
Зеленый горошек консервированный и хлеб пшеничный	80гр.	90,24	3,92	0,4	17,74	
Суп картофель. с клецками, с зеленью	250/3гр.	144,25	3,56	4,59	18,79	
Бефстроганов из филе птицы	50/50гр.	190,00	12,13	14,81	2,00	
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.	231,86	8,90	4,10	39,84	
Компот из свежих ягод	200гр.	116,60	0,52	0,18	24,84	
Хлеб ржаной	30гр.	68,97	1,68	0,33	14,82	
Всего в обед	813гр.	841,92	30,71	24,41	118,03	
Полдник:						
Родительские средства		45,00				
СВО		54,13				
Пончик со сгущенкой	100гр.	365,00	9,18	14,13	50,3	
Кисломолочный продукт кефир	250гр.	147,50	7,26	8	10,00	
Всего в полдник	350гр.	512,50	16,44	22,13	60,30	
Всего за день		2097,86	72,04	74,82	274,37	

Зав. Производством

Калькулятор