

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

*Степкина О.Г.*  
Степкина О.Г.



Директор МБОУ Школа № 74 г. Самара

*Козлова*

## МЕНЮ

по школе № 74

4 день 1 неделя

На 07 декабря 2023 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		75,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Запеканка рисовая с повидлом	150/15гр.		543,87	4,38	4,65	48,43
Кофейный напиток с молоком	200гр.		113,00	2,94	1,99	20,92
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Всего в завтрак	555гр.		993,67	15,18	14,98	125,68
обед:		96,00				
Салат картоф.с солен.огур.и зел.горошком и хлеб пшеничный	80гр.		111,09	2,80	2,91	18,43
Щи из свежей капусты с картоф,с зеленью	250/10/3гр.		89,75	1,77	4,95	7,90
Котлета рубленая из бройлер-цыплят с соусом	50/50гр.		172,00	8,04	9,07	9,5
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	823гр.		790,27	23,71	21,54	115,33
Всего за день			1783,94	38,89	36,52	241,01
Сок (витаминоизация)	100гр.	18,01	43,30	0,50	0,10	10,10

Зав. Производством

*Степкина О.Г.*

Калькулятор

*Козлова*