

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 74 г.о. Самара



# МЕНЮ

по школе № 74

1 день 2 неделя

На 09 октября 2023 г.

| Наименование блюд                     | Выход       | Стоимость | Ккал    | Б(г)  | Ж(г)  | У(г)   |
|---------------------------------------|-------------|-----------|---------|-------|-------|--------|
| Завтрак:                              |             | 75,00     |         |       |       |        |
| Каша вязкая молочная из рисовой крупы | 200/10гр.   |           | 294,00  | 6,00  | 10,85 | 42,94  |
| Сыр порционно                         | 20гр.       |           | 71,66   | 4,64  | 5,90  |        |
| Чай с сахаром                         | 200гр.      |           | 40,00   | 0,53  |       | 9,47   |
| Фрукт яблоко                          | 100гр.      |           | 44,40   | 0,40  | 0,40  | 9,80   |
| Батон                                 | 70гр.       |           | 198,34  | 6,44  | 0,64  | 40,60  |
| Всего в завтрак                       | 600гр.      |           | 648,40  | 18,01 | 17,79 | 102,81 |
| Обед:                                 |             | 96,00     |         |       |       |        |
| Икра кабачковая порц.и хлеб пшеничн.  | 80гр.       |           | 104,77  | 2,88  | 2,73  | 17,19  |
| Борщ с капустой и картофелем,с зелен. | 250/10/3гр. |           | 98,40   | 1,83  | 4,90  | 11,75  |
| Птица тушеная в соусе                 | 50/50гр.    |           | 166,00  | 11,65 | 11,66 | 3,51   |
| Макаронные изделия отварные           | 150гр.      |           | 201,90  | 5,10  | 7,50  | 28,50  |
| Компот из смеси сухофруктов           | 200гр.      |           | 132,80  | 1,16  | 0,30  | 47,26  |
| Хлеб ржаной                           | 30гр.       |           | 68,97   | 1,68  | 0,33  | 14,82  |
| Всего в обед                          | 823гр.      |           | 772,84  | 24,30 | 27,42 | 123,03 |
| Всего за день                         |             |           | 1421,24 | 42,31 | 45,21 | 225,84 |

Зав. Производством

Калькулятор