

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"  
/Степкина З.Г./



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 14 г.о. Самара



# МЕНЮ

1 - 4 классы  
5 день 2 неделя

На 11 октября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>		<b>80,00</b>				
Икра кабачковая порционно	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Плов из птицы	37,5/150гр.		338,75	15,88	9,81	33,50
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>507,5гр.</b>		<b>611,72</b>	<b>23,36</b>	<b>12,88</b>	<b>86,27</b>
<b>Обед:</b>		<b>105,00</b>				
Салат из белокочанной капусты с морковью	60гр.		56,47	0,79	3,64	5,11
Суп картофель. с фрикадел. из птицы, с зелен	20/200/3гр.		111,09	1,79	2,27	12,57
Котлета из минтая с соусом красным	50/40гр.		90,81	5,33	4,4	7,38
Пюре картофельное	150гр.		213,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	180гр.		103,32	1,17	0,07	40,21
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>763гр.</b>		<b>714,53</b>	<b>16,21</b>	<b>13,34</b>	<b>113,71</b>
<b>полдник:</b>		<b>35,86</b>				
Наименование блюд	100гр.		320,00	6,60	14,36	41,13
Сок яблочный	200гр.		86,60	1,00	0,20	20,20
<b>Всего в полдник</b>	<b>300гр.</b>		<b>406,60</b>	<b>7,60</b>	<b>14,56</b>	<b>61,33</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1732,85</b>	<b>47,17</b>	<b>40,78</b>	<b>261,31</b>
Сок (витаминизация)	100гр.	19,81	43,30	0,50	0,10	10,10

Зав. Производством

Калькулятор