

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"   
 Степанин А.С.



Согласовано

Директор МБОУ "Школа № 74" г. Самара   
 МБОУ "Школа № 74" г. Самара



# МЕНЮ

5 - 11 классы   
 5 день 2 неделя

На 13 сентября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>		<b>86,75</b>				
Икра кабачковая порционно	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Плов из птицы	200/50гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
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>570гр.</b>		<b>724,64</b>	<b>28,66</b>	<b>16,15</b>	<b>97,44</b>
<b>Обед:</b>		<b>121,46</b>				
Салат из белокочанной капусты с морковью	100гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Суп картофель. с фрикадел. из птицы, с зелен.	20/250/3гр.		136,00	2,2	2,78	15,39
Котлета из минтая с соусом красным	60/50гр.		111,00	6,52	5,38	9,03
Пюре картофельное	150гр.		213,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	200гр.		114,80	1,3	0,08	44,68
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>893гр.</b>		<b>808,76</b>	<b>18,48</b>	<b>17,28</b>	<b>126,06</b>
<b>полдник:</b>		<b>54,13</b>				
Булочка Выборгская	100гр.		320,00	6,60	14,36	41,13
Сок яблочный	250гр.		108,25	1,25	0,25	25,25
<b>Всего в полдник</b>	<b>350гр.</b>		<b>428,25</b>	<b>7,85</b>	<b>14,61</b>	<b>66,38</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1961,65</b>	<b>54,99</b>	<b>48,04</b>	<b>289,88</b>

Зав. Производством

Калькулятор