



Утверждаю
 Директор ООО "Мега-сити С"
 Степкина О.Г./



Согласовано
 Директор МБОУ Школа № 74 г.о.Самара

МЕНЮ

по школе № 74
 6 день 2 неделя

На 14 октября 2023 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		75,00				
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Оладьи с повидлом	150/20гр.		435,00	11,6	11,48	71,29
Кисломолочный продукт Йогурт	100гр.		66,88	5,13	1,88	7,38
Какао с молоком сгущенным	200гр.		138,40	3,67	2,6	25,08
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,3
Всего в завтрак	550гр.		810,32	29,33	21,45	124,36
обед:		96,00				
Салат из свеж.огурцов и хлеб пшенич.	110гр.		173,58	5,12	3,61	30,16
Суп-лапша домашняя, с зеленью	250/3гр.		115,75	2,57	5,54	11,62
Азу из филе птицы	50/200гр.		322,00	16,49	16,89	26,02
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	843гр.		720,30	26,39	26,37	92,09
Всего за день			1530,62	55,72	47,82	216,45

Зав. Производством

Калькулятор