

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г.

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЗНАК
КАЧЕСТВА

Серия 53
№ 105

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 74 г.о.Самара

МЕНЮ

по школе № 74

5 день 2 неделя

На 17 ноября 2023 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		75,00				
Икра кабачковая порционно и батон	85гр.		133,80	3,73	2,75	23,00
Плов из птицы	200/50гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Всего в завтрак	570гр.		724,64	28,66	16,15	97,44
Обед:		96,00				
Салат из свежих овощей и хлеб пшеничный	80гр.		107,09	2,92	3,32	16,38
Суп картофел. 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.		148,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	200гр.		114,80	1,3	0,08	44,68
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	843гр.		686,59	17,70	14,22	119,43
Всего за день			1411,2	46,36	30,37	216,87
Сок (витаминация)	100гр.	18,01	43,30	0,50	0,10	10,10

Зав. Производством

Калькулятор