

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити О"

Степкина О.Г.
Степкина О.Г./



Директор МБОУ Школа № 74 г. Самара

Зорина



МЕНЮ

по школе № 74

3 день 1 неделя

На 20 декабря 2023 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		75,00				
Омлет натуральный	105/5гр.		284,00	10,78	19,20	2,04
Макаронные изделия отварные с сыром	150/20/5гр.		292,60	11,84	13,93	29,85
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26,00
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	555 гр.		900,05	32,84	34,44	98,49
обед:		96,00				
Салат из свежеты отварной и хлеба пшеничный	30гр.		116,54	3,08	3,31	18,62
Суп картофель.с рисом и рыбными конс.,с зелен	20/250/3гр.		128,62	2,20	2,78	15,39
Оладьи из печени с соусом	50/50гр.		164,00	9,34	11,28	4,66
Пюре картофельное	150гр.		109,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	200гр.		114,80	1,30	0,08	44,68
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	333 гр.		702,66	20,68	20,11	117,30
Всего за день			1602,71	53,52	54,55	215,79
Сок (витаминизация)	100гр.	18,01	43,30	0,50	0,10	10,10

Зав. Производством

Калькулятор