

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"



Директор МБОУ Школа № 4 г.о. Самара



# МЕНЮ

1 - 4 классы  
5 день 1 неделя

На 22 ноября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		80,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Сыр порционнo	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.		189,81	2,59	12,03	17,77
Кондитер.изделие конфеты шоколадные	30гр.		52,00	1,50	0,04	11,36
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
<b>Итого в завтрак</b>	<b>500гр.</b>		<b>645,87</b>	<b>16,72</b>	<b>25,91</b>	<b>85,13</b>
обед:		105,00				
Икра кабачковая порционнo	60гр.		41,55	0,61	2,91	3,24
Суп картоф. с макарон.изделиями,с зелен.	200/3гр.		128,90	2,15	2,27	14,00
Рыба тушеная с овощами	50/50гр.		131,25	12,19	6,19	4,75
Картофель отварной	150/5гр.		192,76	2,81	0,56	22,26
Напиток из плодов шиповника	180гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
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>758гр.</b>		<b>712,77</b>	<b>22,17</b>	<b>12,80</b>	<b>89,04</b>
полдник:		35,86				
Бисквит	30гр.		129,00	1,30	5,40	18,90
Сок разливной	150гр.		64,95	0,75	0,15	15,15
<b>Всего в полдник</b>	<b>180гр.</b>		<b>193,95</b>	<b>2,05</b>	<b>5,55</b>	<b>34,05</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1552,59</b>	<b>40,94</b>	<b>44,26</b>	<b>208,22</b>
Яблоко (витаминазация)	100гр.	18,01	44,40	0,40	0,40	9,80

Зав. Производством

Калькулятор