

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г.
Степкина О.Г.



Директор МБОУ Школа № 74 г.о. Самара

Вознес



МЕНЮ

по школе № 74

5 день 1 неделя

На 22 декабря 2023 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		75,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Сыр порционно	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/10гр.		249,12	3,40	15,80	23,33
Кондитер.изделие конфеты шоколадные	30гр.		52,00	1,50	0,04	11,36
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	2/40гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Итого в завтрак	580гр.		705,18	17,53	29,68	90,69
обед:		96,00				
Икра кабачков. порц.и хлеб пшеничн.	80гр.		104,77	2,88	2,73	17,19
Суп картоф. с макарон.изделиями,с зелен.	250/3гр.		128,25	2,69	2,84	17,46
Рыба тушеная с овощами	50/50гр.		131,25	12,19	6,19	4,75
Картофель отварной	160/5гр.		178,59	3,00	0,60	23,70
Напиток из плодов шиповника	200гр.		88,00	0,40	0,27	17,20
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	828гр.		699,83	22,84	12,56	95,12
Всего за день			1405,01	40,37	42,64	185,81
Сок (витаминизация)	200гр.	16,00	66,60	1,00	0,20	20,20

Зав. Производством

Калькулятор