

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити Самара"

(Степкина О.Г.)

Согласовано

Директор ООО "Мега-сити Самара"

г.с. Самара



МЕНЮ

1 - 4 классы

4 день 2 неделя

На 23 января 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		85,00				
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Сыр порционнно	20гр.		71,66	4,64	5,9	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.		189,80	2,59	12,03	17,77
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Всего в завтрак	505гр.		684,12	24,08	24,51	90,48
Обед:		110,17				
Зеленый горошек консервирован.	60гр.		24,12	1,86	0,12	3,90
Суп картофел. с клецками, с зеленью	200/3гр.		115,74	2,85	3,68	15,08
Бефстроганов из филе птицы	40/50гр.		149,62	10,91	13,32	1,80
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Компот из свежих ягод	180гр.		104,94	0,46	0,16	22,35
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	743гр.		765,39	29,03	22,01	112,28
полдник:		37,83				
Печенье	30гр.		114,00	1,44	6,78	13,56
Кисломолочный продукт кефир	150гр.		88,50	4,36	4,8	6,00
Всего в полдник	180гр.		202,50	5,80	11,58	19,56
Всего за день			1652,01	58,91	58,10	222,32

Зав. Производством

Калькулятор