

Утверждаю

Согласовано

Директор ООО "Мега-сити"
Степкина О.Г./

Директор МБОУ Школа № 63
г.о. Самара



МЕНЮ

5 - 11 классы
1 день 2 недели

На 23 сентября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		86,75				
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200/10гр.		294,00	6,00	10,85	42,94
Сыр порционно	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	600гр.		648,40	18,01	17,79	102,81
Обед:		121,46				
Помидор натуральный свежий	100гр.		22,00	1,10	0,20	3,80
Борщ с капустой и картофелем, с зелен.	250/10/3гр.		98,40	1,83	4,90	11,75
Птица тушеная в соусе	50/50гр.		166,00	11,65	11,66	3,51
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,90	5,10	7,50	28,50
Компот из смеси сухофруктов	200гр.		132,80	1,16	0,30	47,26
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	873гр.		760,21	24,89	25,19	124,13
полдник:		54,13				
Пицца	100гр.		299,00	9,88	16,25	28,30
Сок яблочный	250гр.		108,25	1,25	0,25	25,25
Всего в полдник	350гр.		407,25	11,13	16,50	53,55
Всего за день			1815,86	54,03	59,48	280,49

44

Зав. Производством

Калькулятор