

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"



Согласовано

Директор



г.о. Самара

МЕНЮ

по школе № 74

1 день 2 неделя

На 23 октября 2023 г.

| Наименование блюд | Выход | Стоимость | Ккал | Б(г) | Ж(г) | У(г) |
|---------------------------------------|-------------|-----------|---------|-------|-------|--------|
| Завтрак: | | 75,00 | | | | |
| 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: | | 96,00 | | | | |
| Икра кабачковая порц.и хлеб пшеничн. | 80гр. | | 104,77 | 2,88 | 2,73 | 17,19 |
| 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 ржаной | 30гр. | | 68,97 | 1,68 | 0,33 | 14,82 |
| Всего в обед | 823гр. | | 772,84 | 24,30 | 27,42 | 123,03 |
| Всего за день | | | 1421,24 | 42,31 | 45,21 | 225,84 |

Зав. Производством

Калькулятор