

Утверждено
 Директор ООО "Мега-Сити С"
 Степкина О.Г.



Согласовано
 Директор МБОУ Школа № 74 г. Самара
 [Signature]



МЕНЮ

по школе № 74

4 день 2 неделя

На 28 декабря 2023 г.

| Наименование блюд | Выход | Стоимость | Ккал | Б(г) | Ж(г) | У(г) |
|---|---------------|--------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак: | | 75,00 | | | | |
| Яйца вареные | 45гр. | | 70,87 | 5,71 | 5,17 | 0,31 |
| Сыр порционно | 20гр. | | 71,66 | 4,64 | 5,9 | |
| Каша вязкая молочная из риса и пшена | 200/10гр. | | 249,12 | 3,4 | 15,8 | 23,33 |
| Какао с молоком | 200гр. | | 125,11 | 3,78 | 0,67 | 26 |
| Батон | 80гр. | | 226,68 | 7,36 | 0,74 | 46,40 |
| Всего в завтрак | 555гр. | | 743,44 | 24,89 | 28,28 | 96,04 |
| Обед: | | 96,00 | | | | |
| Зеленый горошек консервированный и хлеб пшеничный | 80гр. | | 90,24 | 3,92 | 0,4 | 17,74 |
| Суп картофель. с клецками, с зеленью | 250/3гр. | | 144,25 | 3,56 | 4,59 | 18,79 |
| Бефстроганов из филе птицы | 50/50гр. | | 190,00 | 12,13 | 14,81 | 2,00 |
| Каша рассыпчатая из гречневой крупы | 150гр. | | 231,86 | 8,90 | 4,10 | 39,84 |
| Компот из свежих ягод | 200гр. | | 116,60 | 0,52 | 0,18 | 24,84 |
| Хлеб ржаной | 30гр. | | 68,97 | 1,68 | 0,33 | 14,82 |
| Всего в обед | 813гр. | | 841,92 | 30,71 | 24,41 | 118,03 |
| Всего за день | | | 1585,36 | 55,60 | 52,69 | 214,07 |
| Сок (витаминизация) | 100гр. | 18,01 | 43,30 | 0,50 | 0,10 | 10,10 |

Зав. Производством _____

Калькулятор _____