

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"

Степкина О.Г.



# МЕНЮ

1 - 4 классы  
1 день 1 неделя

На 30 сентября 2024 г.

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 1304 г.о.Самара

Оксана Я.В. Окунева



Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити"

Степкина О.Г.



# МЕНЮ

5 - 11 классы  
1 день 1 неделя

На 30 сентября 2024 г.

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 1304 г.о.Самара

Оксана Я.В. Окунева



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		80,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Каша жидкая молочная пшенная	150/10гр.		217,14	5,72	8,92	28,22
Кофейный напиток с молоком	180гр.		90,54	2,85	2,41	14,35
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>520гр.</b>		<b>616,14</b>	<b>15,51</b>	<b>19,57</b>	<b>93,10</b>
обед:		105,00				
Салат из белокач. капусты с морковью	60гр.		56,47	0,79	3,64	5,11
Суп картофельный с бобовыми, с зелен.	200/3гр.		118,95	4,40	4,22	13,27
Плов из филе птицы	37,5/150гр.		338,75	15,88	9,81	33,50
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
<b>Всего в обед</b>	<b>710,5гр.</b>		<b>786,08</b>	<b>26,28</b>	<b>18,60</b>	<b>128,45</b>
полдник:		35,86				
Сосиска в тесте	110гр.		271,00	9,60	13,84	26,90
Сок яблочный	200гр.		86,60	1,00	0,20	20,20
<b>Всего в полдник</b>	<b>310гр.</b>		<b>357,60</b>	<b>10,60</b>	<b>14,04</b>	<b>47,10</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1759,82</b>	<b>52,39</b>	<b>52,21</b>	<b>268,65</b>

Зав. Производством

*[Signature]*

Калькулятор

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		86,75				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Каша жидкая молочная пшенная	200/10гр.		285,00	7,51	11,72	37,05
Кофейный напиток с молоком	200гр.		100,60	3,17	2,68	15,95
Фрукт яблоко	150гр.		81,00	1,92	0,42	17,36
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>640гр.</b>		<b>730,66</b>	<b>19,14</b>	<b>22,66</b>	<b>111,09</b>
обед:		121,46				
Салат из белокачан. капусты с морковью	100гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Суп картофельный с бобовыми, с зелен.	250/3гр.		148,25	5,49	5,27	16,54
Плов из филе птицы	50/200гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
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
<b>Всего в обед</b>	<b>863гр.</b>		<b>965,95</b>	<b>33,21</b>	<b>25,36</b>	<b>146,30</b>
полдник:		54,13				
Сосиска в тесте	110гр.		271,00	9,60	13,84	26,90
Сок яблочный	240гр.		103,92	1,20	0,24	24,24
<b>Всего в полдник</b>	<b>350гр.</b>		<b>374,92</b>	<b>10,80</b>	<b>14,08</b>	<b>51,14</b>
<b>Всего за день</b>			<b>2071,53</b>	<b>63,15</b>	<b>62,1</b>	<b>308,53</b>

Зав. Производством

*[Signature]*

Калькулятор