

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Б.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 13 г.о. Самара

Ожурин Д.В. Ожурин Д.В.

МЕНЮ

5 - 11 классы

6 день 1 неделя

На 01 февраля 2025 г.

| Наименование блюд | Выход | Стоимость | Ккал | Б(г) | Ж(г) | У(г) |
|----------------------------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| завтрак: | | 91,52 | | | | |
| Яйца вареные | 45гр. | | 70,87 | 5,71 | 5,17 | 0,31 |
| Оладьи с повидлом | 150/20гр. | | 435,00 | 11,6 | 11,48 | 71,29 |
| Кисломолочный продукт Йогурт | 100гр. | | 66,88 | 5,13 | 1,88 | 7,38 |
| Какао с молоком сгущенным | 200гр. | | 138,40 | 3,67 | 2,6 | 25,08 |
| Батон | 35гр. | | 99,17 | 3,22 | 0,32 | 20,30 |
| Всего в завтрак | 550гр. | | 810,32 | 29,33 | 21,45 | 124,36 |
| обед: | | 128,14 | | | | |
| Огурец соленый | 100гр. | | 10,00 | 0,8 | 0,1 | 1,70 |
| Суп картофе. с фасолью и зеленью | 250/3гр. | | 148,25 | 5,49 | 5,27 | 16,54 |
| Рагу из птицы | 50/200гр. | | 295,00 | 16,2 | 18,09 | 16,58 |
| Чай с сахаром | 200гр. | | 40,00 | 0,53 | | 9,47 |
| Хлеб пшеничный | 60гр. | | 140,28 | 4,74 | 0,60 | 28,98 |
| Хлеб ржаной | 30гр. | | 68,97 | 1,68 | 0,33 | 14,82 |
| Всего в обед | 893гр. | | 702,50 | 29,44 | 24,39 | 88,09 |
| полдник: | | 57,11 | | | | |
| Фрукт яблоко | 100гр. | | 44,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 |
| Бутерброд с повидлом | 55гр. | | 156,00 | 2,40 | 3,87 | 27,83 |
| Чай с сахаром | 200гр. | | 40,00 | 0,53 | | 9,47 |
| Всего в полдник | 355гр. | | 240,40 | 3,33 | 4,27 | 47,10 |
| Всего за день | | | 1753,22 | 62,10 | 50,11 | 259,55 |

Зав. Производством

[Signature]

Калькулятор

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Б.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 13 г.о. Самара

Ожурин Д.В. Ожурин Д.В.

МЕНЮ

5 - 11 классы

6 день 1 неделя

На 01 февраля 2025 г.

| Наименование блюд | Выход | Стоимость | Ккал | Б(г) | Ж(г) | У(г) |
|----------------------------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| завтрак: | | 91,52 | | | | |
| Яйца вареные | 45гр. | | 70,87 | 5,71 | 5,17 | 0,31 |
| Оладьи с повидлом | 150/20гр. | | 435,00 | 11,6 | 11,48 | 71,29 |
| Кисломолочный продукт Йогурт | 100гр. | | 66,88 | 5,13 | 1,88 | 7,38 |
| Какао с молоком сгущенным | 200гр. | | 138,40 | 3,67 | 2,6 | 25,08 |
| Батон | 35гр. | | 99,17 | 3,22 | 0,32 | 20,30 |
| Всего в завтрак | 550гр. | | 810,32 | 29,33 | 21,45 | 124,36 |
| обед: | | 128,14 | | | | |
| Огурец соленый | 100гр. | | 10,00 | 0,8 | 0,1 | 1,70 |
| Суп картофе. с фасолью и зеленью | 250/3гр. | | 148,25 | 5,49 | 5,27 | 16,54 |
| Рагу из птицы | 50/200гр. | | 295,00 | 16,2 | 18,09 | 16,58 |
| Чай с сахаром | 200гр. | | 40,00 | 0,53 | | 9,47 |
| Хлеб пшеничный | 60гр. | | 140,28 | 4,74 | 0,60 | 28,98 |
| Хлеб ржаной | 30гр. | | 68,97 | 1,68 | 0,33 | 14,82 |
| Всего в обед | 893гр. | | 702,50 | 29,44 | 24,39 | 88,09 |
| полдник: | | 57,11 | | | | |
| Фрукт яблоко | 100гр. | | 44,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 |
| Бутерброд с повидлом | 55гр. | | 156,00 | 2,40 | 3,87 | 27,83 |
| Чай с сахаром | 200гр. | | 40,00 | 0,53 | | 9,47 |
| Всего в полдник | 355гр. | | 240,40 | 3,33 | 4,27 | 47,10 |
| Всего за день | | | 1753,22 | 62,10 | 50,11 | 259,55 |

Зав. Производством

[Signature]

Калькулятор