

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

*Степкина О.Г.*  
Степкина О.Г./

Согласовано

Директор МБОУ Лицей «Технический»  
им С.П.Королева г.о.Самара



## МЕНЮ

5 день 1 неделя

На 20 октября 2023 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		75,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Сыр порционнo	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/10гр.		249,12	3,40	15,80	23,33
Кондитер.изделие конфеты шоколадные	30гр.		52,00	1,50	0,04	11,36
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	2/40гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
<b>Итого в завтрак</b>	<b>550гр.</b>		<b>705,18</b>	<b>17,53</b>	<b>29,68</b>	<b>90,69</b>
Посуда		15,00				
обед:		96,00				
Огурец свежий и хлеб пшеничный	70гр.		74,94	2,65	0,34	15,25
Суп картоф. с макарон.изделиями,с зелен.	250/3гр.		128,25	2,69	2,84	17,46
Рыба тушеная с овощами	50/50гр.		131,25	12,19	6,19	4,75
Картофель отварной	160/5гр.		178,59	3,00	0,60	23,70
Напиток из плодов шиповника	200гр.		88,00	0,40	0,27	17,20
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>818гр.</b>		<b>670,00</b>	<b>22,61</b>	<b>10,57</b>	<b>93,18</b>
Посуда		15,00				
<b>Всего за день</b>			<b>1375,18</b>	<b>40,14</b>	<b>40,25</b>	<b>183,87</b>

Зав. Производством

*Урал*

Калькулятор