

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

6 день 2 неде я

На 16 сентября 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 |
| 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 | 20,3 |
| Всего в завтрак | 550гр. | | 810,32 | 29,33 | 21,45 | 124,36 |
| Посуда | | 15,00 | | | | |
| обед: | | 96,10 | | | | |
| Салат из свеж.огурцов и хлеб пшенич. | 110гр. | | 173,58 | 5,12 | 3,61 | 30,16 |
| Суп-лапша домашняя, с зеленью | 250/3гр. | | 115,75 | 2,57 | 5,54 | 11,62 |
| Азу из филе птицы | 50/200гр. | | 322,00 | 16,49 | 16,89 | 26,02 |
| Чай с сахаром | 200гр. | | 40,00 | 0,53 | | 9,47 |
| Хлеб ржаной | 30гр. | | 68,97 | 1,68 | 0,33 | 14,82 |
| Всего в обед | 843гр. | | 720,30 | 26,39 | 26,37 | 92,09 |
| Посуда | | 15,00 | | | | |
| Всего за день | | | 1530,62 | 55,72 | 47,82 | 216,45 |

Зав. Производством _____

Калькулятор *Степкина О.Г.*