

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

(Степкина О.Г.)

Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 12 г.о.Чапaeвск

(Степанов С.А.)

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЗНАК
КАЧЕСТВАСерия 63
№ 105

МЕНЮ

5 - 11 классы

5 день 2 неделя

На 24 октября 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		91,52				
Икра кабачковая порционно	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Плов из птицы	200/50гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Кондитерское изделие печенье	24гр.		90,72	2,00	0,96	18,50
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	594гр.		815,36	30,66	17,11	115,94
Обед:		128,14				
Салат из белокачанной капусты с морковью	100гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Суп картофель. с макаронными издел.,с зелен.	250/3гр.		128,25	2,69	2,84	17,46
Котлета из минтая с соусом красным	60/50гр.		111,00	6,52	5,38	9,03
Пюре картофельное	150гр.		213,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	200гр.		114,80	1,3	0,08	44,68
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	873гр.		801,01	18,97	17,34	128,13
полдник:		57,11				
Булочка Выборгская	100гр.		320,00	6,60	14,36	41,13
Сок разливной	250гр.		108,25	1,25	0,25	25,25
Всего в полдник	350гр.		428,25	7,85	14,61	66,38
Всего за день			2044,62	57,48	49,06	310,45

Зав. Производством

Калькулятор

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

(Степкина О.Г.)

Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о.Чапaeвск

(Степанов С.А.)

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЗНАК
КАЧЕСТВАСерия 63
№ 105

МЕНЮ

5 - 11 классы

5 день 2 неделя

На 24 октября 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		97,00				
Икра кабачковая порционно	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Плов из птицы	200/50гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	570гр.		724,64	28,66	16,15	97,44
Обед:		133,00				
Салат из белокачанной капусты с морковью	100гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Суп картофель. с макаронными издел.,с зелен.	250/3гр.		128,25	2,69	2,84	17,46
Котлета из минтая с соусом красным	60/50гр.		111,00	6,52	5,38	9,03
Пюре картофельное	150гр.		213,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	200гр.		114,80	1,3	0,08	44,68
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	873гр.		801,01	18,97	17,34	128,13
полдник:		57,11				
Булочка Выборгская	100гр.		320,00	6,60	14,36	41,13
Сок разливной	250гр.		108,25	1,25	0,25	25,25
Всего в полдник	350гр.		428,25	7,85	14,61	66,38
Всего за день			1953,9	55,48	48,1	291,95

Зав. Производством

Калькулятор