

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити" С.А. Мега-сити
Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чкаловск

Сметкина О.Г.



Сметкина О.Г.

МЕНЮ

2 день 1 недели

На 19 ноября 2024 г.



Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		86,75				
Икра кабачковая порционно	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Сосиска отварная	565гр.		200,08	6,77	18,97	0,33
Каша рассыпч. из гречневой крупы	2007гр.		325,00	11,46	8,12	51,52
Чай с лимоном	200/10гр.		41,60	0,53		9,87
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Фрукт апельсин	75гр.		40,50	0,96	0,21	8,68
Всего в завтрак	673гр.		840,15	26,67	30,37	113,70
Обед:		121,46				
Зеленый горошек консервирован.	100гр.		40,20	3,10	0,20	6,50
Рассольник ленинградский с зелен.	250/3/10гр.		107,25	2,02	5,09	11,98
Тертельни из говядины с соусом	60/50гр.		288,00	8,32	6,02	10,06
Макаронные изделия отварные	100гр.		201,50	5,10	7,50	28,50
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
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	883гр.		816,46	23,12	19,44	95,82
ПОЛДНИК:		54,13				
Коржик	80гр.		400,80	5,20	21,68	46,32
Кисель	200гр.		145,08	0,24	0,12	35,76
Всего в полдник	280гр.		545,88	5,44	21,80	82,08
Всего за день			2202,49	55,23	71,61	291,60

Зав. Производством

[Signature]

Калькулятор

[Signature]