Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Г./

Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о.Чапаевск

Воронкова В.Л.

# МЕНЮ

## 1 - 4 классы

4 день 1 неделя

## На 22 мая 2025 г.

| Наименование блюд | Выход | Стоимость | Ккал | Б(г) | Ж(г) | У(г) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| завтрак: | | 78,68 | | | | |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 135/15гр. | | 370,43 | 20,02 | 15,14 | 38,35 |
| Кофейный напиток с молоком | 180гр. | | 90,54 | 2,85 | 2,41 | 14,35 |
| Сок | 200гр. | | 86,80 | 1,00 | 0,20 | 20,20 |
| Батон | 80гр. | | 226,68 | 7,36 | 0,74 | 46,40 |
| **Всего в завтрак** | **610гр.** | | **774,45** | **31,23** | **18,49** | **119,30** |
| обед: | | 110,17 | | | | |
| Салат картоф.с солен.огур.и зел.горошком | 60гр. | | 49,14 | 0,51 | 3,13 | 4,72 |
| Щи из свежей капусты с картоф,с зеленью | 200/10/3гр. | | 72,68 | 1,43 | 4,00 | 6,39 |
| Котлета куриная с соусом | 50/50гр. | | 172,00 | 8,04 | 9,07 | 9,5 |
| Каша рассыпчатая из гречневой крупы | 150гр. | | 231,86 | 8,90 | 4,10 | 39,84 |
| Компот из свежих ягод | 180гр. | | 104,94 | 0,46 | 0,16 | 22,35 |
| 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** | **763гр.** | | **769,73** | **23,39** | **21,09** | **112,11** |
| полдник: | | 37,83 | | | | |
| Пряник | 45гр./2 | | 166,50 | 2,25 | 3,38 | 31,50 |
| Кисломолочный продукт Кефир | 150гр. | | 88,50 | 4,36 | 4,80 | 6,00 |
| **Всего в полдник** | **240гр.** | | **255,00** | **6,61** | **8,18** | **37,50** |
| **Всего за день** | | | **1799,18** | **61,23** | **47,76** | **268,91** |

Зав. Производством

Калькулятор

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Г./

Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о.Чапаевск

Воронкова В.Л.

# МЕНЮ

## 5 - 11 классы

4 день 1 неделя

## На 22 мая 2025 г.

| Наименование блюд | Выход | Стоимость | Ккал | Б(г) | Ж(г) | У(г) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| завтрак: | | 91,52 | | | | |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 150/15гр. | | 426,00 | 23,03 | 17,42 | 44,10 |
| Кофейный напиток с молоком | 200гр. | | 113,00 | 2,94 | 1,99 | 20,92 |
| Сок | 200гр. | | 86,80 | 1,00 | 0,20 | 20,20 |
| Батон | 80гр. | | 226,68 | 7,36 | 0,74 | 46,40 |
| **Всего в завтрак** | **645гр.** | | **852,48** | **34,33** | **20,35** | **131,62** |
| обед: | | 128,14 | | | | |
| Салат картоф.с солен.огур.и зел.горошком | 100гр. | | 99,50 | 1,75 | 6,18 | 9,25 |
| Щи из свежей капусты с картоф,с зеленью | 250/10/3гр. | | 89,75 | 1,77 | 4,95 | 7,90 |
| Котлета куриная с соусом | 50/50гр. | | 172,00 | 8,04 | 9,07 | 9,5 |
| Каша рассыпчатая из гречневой крупы | 150гр. | | 231,86 | 8,90 | 4,10 | 39,84 |
| Компот из свежих ягод | 200гр. | | 116,60 | 0,52 | 0,18 | 24,84 |
| 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.** | | **848,82** | **25,03** | **25,11** | **120,64** |
| полдник: | | 57,11 | | | | |
| Пряник | 45гр./2 | | 166,50 | 2,25 | 3,38 | 31,50 |
| Кисломолочный продукт Кефир | 150гр. | | 88,50 | 4,36 | 4,80 | 6,00 |
| **Всего в полдник** | **240гр.** | | **255,00** | **6,61** | **8,18** | **37,50** |
| **Всего за день** | | | **1956,30** | **65,97** | **53,64** | **289,76** |

Зав. Производством

Калькулятор