

Утверждено

Директор ООО "Мед-сити" *Степанов О.Г.* **ДЛЯ ПОКУПЦЕВ** Директор ГБОУ Школа № 15 г.о. Чкаловск

Степанов О.Г.

*Мещеряков А.А.*

Согласовано

**МЕНЮ**

3 День 2 недели

На 25 декабря 2024 г.



Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
--------------------	-------	-----------	------	------	------	------

Завтрак:		86,75				
Огурец натуральныи соленый	40гр.		4,00	0,32	0,04	0,68
Филе птицы с овощами в соусе	37/50гр.		122,40	9,55	8,01	2,81
Каша расплычатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Чай с лимоном	200/10гр.		41,60	0,53		9,87
Сок фруктовый	100гр.		43,30	0,50	0,10	10,10
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>657гр.</b>	<b>121,46</b>	<b>641,50</b>	<b>26,24</b>	<b>12,89</b>	<b>103,90</b>
обед:						
Винегрет овощной	100гр.		97,88	1,62	6,20	8,90
Суп картофель. с круглой рисовой, с зелен.	250/3гр.		85,75	1,97	2,71	12,11
Котлета мясная с соусом	50/50гр.		312,00	8,38	10,02	9,15
Капустя тушеная	150гр.		258,24	4,35	12,00	33,21
Напиток из плодов шиповника	200гр.		88,00	0,40	0,27	17,20
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>863гр.</b>	<b>54,13</b>	<b>980,98</b>	<b>20,77</b>	<b>31,83</b>	<b>109,88</b>
Полдник:						
Кофе	50гр.		222,50	2,85	12,05	17,5
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
<b>Всего в полдник</b>	<b>250гр.</b>	<b>54,13</b>	<b>262,50</b>	<b>3,38</b>	<b>12,05</b>	<b>26,97</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1884,98</b>	<b>50,39</b>	<b>56,77</b>	<b>240,75</b>

Знак качества

Калькулятор

*Степанов О.Г.*