



Утверждено

Директор ООО "Мега-сити" *Степанова О.Г.* / Директор ГБОУ Школа № 15 г.о. Чувашск *Сметникова С.*

Согласовано

МЕНЮ

3 день 2 недели

На 02 апреля 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		78,68				
Олуец натуральный 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 рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Чай с лимоном	180/10гр.		37,63	0,47		8,93
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	537гр.	594,23	25,68	12,79	92,86	
обед:		110,17				
Винегрет овощной	60гр.		82,72	0,97	3,72	5,34
Суп каргоф. с крутой рисовой с зелен.	200/3гр.		68,80	1,58	2,17	9,71
Котлета мясная с соусом	50/50гр.		312,00	8,38	10,02	9,15
Калюста тушенная	150гр.		258,24	4,35	12,00	33,21
Напиток из плодов шиповника	180гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
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	753гр.	940,07	19,69	28,78	102,20	
полдник:		37,83				
Кекс	50гр.		222,50	2,85	12,05	17,5
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	250гр.	262,50	3,38	12,05	26,97	
Всего за день		1796,80	48,75	53,62	222,03	

Зав. Производством

Калькулятор

Сметникова С.



Утверждено

Директор ООО "Мега-сити" *Степанова О.Г.* / Директор ГБОУ Школа № 15 г.о. Чувашск *Сметникова С.*

Согласовано

МЕНЮ

3 день 2 недели

На 02 апреля 2025 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		91,52				
Олуец натуральный 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 рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Чай с лимоном	200/10гр.		41,60	0,53		9,97
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	557гр.	598,20	25,74	12,79	93,80	
обед:		128,14				
Винегрет овощной	100гр.		97,88	1,62	6,20	8,90
Суп каргоф. с крутой 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
Калюста тушенная	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
Всего в обед	863гр.	980,98	20,77	31,83	109,88	
полдник:		57,11				
Кекс	50гр.		222,50	2,85	12,05	17,5
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	250гр.	262,50	3,38	12,05	26,97	
Всего за день		1841,68	49,89	56,67	230,65	

Зав. Производством

Калькулятор

Сметникова С.