



МЕНЮ

4 день 2 недели
На 03 апреля 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		78,68				
Яйца вареные	45гр.	70,87	5,71	5,17	0,31	
Сыр порпориноно	20гр.	71,86	4,64	5,9		
Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.	189,80	2,59	12,03	17,77	
Какао с молоком	200гр.	125,11	3,78	0,67	26	
Батон	80гр.	226,88	7,36	0,74	46,40	
Всего в завтрак	505гр.	684,12	24,08	24,51	90,48	
Обед:		110,17				
Зеленый горошек консервирован.	60гр.	24,12	1,86	0,12	3,90	
Суп картофел. с члечками,с зеленью	200/3гр.	116,74	2,85	3,68	15,08	
Бефстроганов из филе птицы	40/50гр.	149,82	10,91	13,32	1,80	
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.	88,97	1,68	0,33	14,82	
Всего в обед	743гр.	765,39	29,03	22,01	112,28	
полдник:		37,83				
Плюшка Московская	120гр.	444,00	8,50	15,77	66,89	
Кисломолочный продукт кефир	150гр.	88,50	4,36	4,8	6,00	
Всего в полдник	270гр.	532,50	12,86	20,57	72,89	
Всего за день		1982,01	65,97	67,09	275,65	

Зав. Производством

Калькулятор



МЕНЮ

4 день 2 недели
На 03 апреля 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		91,52				
Яйца вареные	45гр.	70,87	5,71	5,17	0,31	
Сыр порпориноно	20гр.	71,86	4,64	5,9		
Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/10гр.	249,12	3,4	15,8	23,33	
Какао с молоком	200гр.	125,11	3,78	0,67	26	
Батон	80гр.	226,88	7,36	0,74	46,40	
Всего в завтрак	555гр.	743,44	24,89	28,28	96,04	
Обед:		128,14				
Зеленый горошек консервирован.	100гр.	40,20	3,10	0,20	6,50	
Суп картофел. с члечками,с зеленью	250/3гр.	144,25	3,56	4,59	18,79	
Бефстроганов из филе птицы	50/50гр.	190,00	12,13	14,81	2,00	
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.	231,86	8,90	4,10	39,84	
Компот из свежих ягод	200гр.	116,80	0,52	0,18	24,84	
Хлеб пшеничный	30гр.	70,14	2,37	0,30	14,49	
Хлеб ржаной	30гр.	88,97	1,68	0,33	14,82	
Всего в обед	863гр.	862,02	32,26	24,51	121,28	
полдник:		57,11				
Плюшка Московская	120гр.	444,00	8,50	15,77	66,89	
Кисломолочный продукт кефир	150гр.	88,50	4,36	4,8	6,00	
Всего в полдник	270гр.	532,50	12,86	20,57	72,89	
Всего за день		2137,96	70,01	73,36	290,21	

Зав. Производством

Калькулятор



Утверждено
Директор ООО "Мега-сити" *Степанина О.Г.*
Согласовано
Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чувашск *Степанова С.А.*



Утверждено
Директор ООО "Мега-сити" *Степанина О.Г.*
Согласовано
Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чувашск *Степанова С.А.*