

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г./

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 63 г.о. Самара

Иванова И.И./

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЗНАК
КАЧЕСТВА

Серия 63
№ 105

МЕНЮ

по школе № 63

3 день 1 неделя

На 28 апреля 2021 г.

№п/п	Наименование блюд	Выход	Стоимо	Ккал
	завтрак:			
	Яйцо вареное	40гр.	6,87	63,00
	Запеканка с творогом со сгущен.мол.	100/15гр.	19,76	284,00
	Какао с молоком	200гр.	14,87	119,00
	Фрукт апельсин	150гр.	22,70	44,40
	Батон	2/30гр.	5,80	85,00
	Всего в завтрак	565гр.	70,00	595,40
	обед:			
	Салат из свеклы с яблоками	50гр.	6,80	48,35
	Суп с рисом, рыб.консервами с зел.	25/250/3гр.	18,51	85,00
	Гуляш из говядины	50/50гр.	37,80	221,00
	Каша рассыпчатая из перловой крупы	150гр.	7,80	220,00
	Напиток из плодов шиповника	200гр.	8,49	88,00
	Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,30	85,00
	Хлеб ржаной	1/30гр.	2,30	78,00
	Всего в обед	838гр.	84,00	825,35
	Белки (г)	43,15		
	Жиры (г)	31,57		
	Углеводы (г)	194,03		

Зав. Производством

Степкина О.Г./

Калькулятор