

Утверждаю

Согласовано

Директор ООО "Мега-сити С"

Директор МБОУ Школа № 63 г.о.Самара

Степкина О.Г./



# МЕНЮ

по школе № 63

5 день 1 неделя

На 30 апреля 2021 г.

№п/п	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал
	завтрак:			
	Икра кабачковая порционно	50гр	8,30	67,00
	Бефстроганов из филе птицы	50/50гр.	34,03	190,00
	Ризотто с кукурузой	150гр.	10,07	242,00
	Коф.напиток со сгущ. молоком	200гр.	11,80	101,00
	Батон	2/30гр.	5,80	85,00
	Итого в завтрак	560гр.	70,00	685,00
	обед:			
	Винегрет овощной	50гр.	7,44	63,00
	Щи из св. капусты с картоф.из филе птицы	12,5/250/3/10гр.	15,64	72,00
	Рыба припущенная минтай	75гр.	39,39	134,00
	Пюре картофельное	150гр.	11,00	137,25
	Компот из кураги	200гр.	5,93	115,00
	Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,30	85,00
	Хлеб ржаной	1/30гр.	2,30	78,00
	Всего в обед	810гр.	84,00	684,25
	Белки (г)	37,78		
	Жиры (г)	46,78		
	Углеводы (г)	196,12		

Зав. Производство

Калькулятор

*Степкина О.Г.*

7,44 63,00  
15,64 72,00  
39,39 134,00  
11,00 137,25  
5,93 115,00  
2,30 85,00