МБОУ "Гимназия "Перспектива" г.о. Самара

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Стародубова Т.В. /

Основной корпус

Дети 7-11 (СанПиН 20)

МЕНЮ

26.05.2026 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	**589**	**21,14**	**31,30**	**55,17**	**17,37**	**595,00**	**86,00**
Омлет с зеленым горошком	233	11,51	14,24	14,84	1,24	150	21.50
Сосиски отварные	180	6,62	16,04	1,57	0,03	65	30,00
Чай с лимоном	57	0,24	0,05	13,85	1,10	200/5	3,50
Батон Горчичный	53	2,17	0,37	10,21		30	4,00
Яблоки	66	0,60	0,60	14,70	15,00	150	27,00
Обед	**775**	**28,76**	**41,45**	**71,78**	**12,04**	**770,00**	**95,60**
Огурец свежий порционно	34	0,55	2,71	1,76	4,37	60	8,00
Суп полевой с мясом кур, сметаной	221	6,30	13,24	19,12	6,61	250/10/5	16,80
Индейка тушеная в соусе с овощами	283	17,46	21,16	5,60	1,06	70/40	58,60
Каша рассыпчатая перловая	183	4,45	4,34	31,68		150	8,20
Компот из смеси сухофруктов	54			13,62		200	4,00
Полдник	**482**	**17,97**	**24,31**	**48,02**	**0,55**	**300,00**	
Плюшка Московская	365	12,38	17,93	38,64	0,05	100	
Молоко кипяченое	117	5,59	6,38	9,38	0,50	200	
Хлеб за день	**516**	**21,81**	**3,80**	**97,85**		**300,00**	**4,50**
Хлеб пшеничный	324	14,37	2,52	60,61		180	3,50
Хлеб ржаной	192	7,44	1,28	37,24		120	1,00
Итого 1,2 кл.						**8,00**	**86,00**
Итого 3,4 кл.						8	100,10
Итого за день:	**2 362**	**89,68**	**100,86**	**272,82**	**29,96**	**1973**	**186,10**

Составитель Шеф-повар Шаталова Л. С.

(должность) (подпись) (ФИО)