

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МБОУ Школа №26 г.о. Самара л/сч 206070460

А.В. Лазарев

подпись

расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

ООО "КОП Промышленного района г.о. Самара"

Директор

Аверискин А.Ю.

подпись

расшифровка подписи

ООО "Комбинат общественного питания"

МБОУ Школа №26 г.о. Самара л/сч 206070460 1 корпус

Меню дневного рациона на 17.09.25

ОСНОВНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ

1-4 класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------------

-ЗАВТРАК-

60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
180/15/6	Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сл.	ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41	
200/3	Чай с лимоном и сахаром	ккал-61, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-15	
45	Хлеб пшеничный	ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
509	Итого за -ЗАВТРАК-:	ккал-584, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-84	85-00

-ОБЕД-

12,5/200/1	Суп картофельный с горохом, цыпленком и укропом	ккал-160, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-17	
100	Рыба по-самарски тушеная с овощами.	ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3	
150	Рис отварной с маслом	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
200	Компот из сухофруктов	ккал-72, Белки-0, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной	ккал-67, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-14	
753	Итого за -ОБЕД-:	ккал-809, Белки-32, Жиры-22, Углеводы-120	110-17

-ПОЛДНИК-

100	Крендель сахарный	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200	Напиток из апельсинов	ккал-67, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-17	
300	Итого за -ПОЛДНИК-:	ккал-358, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-78	50-00

Итого за день: ккал-1751, Белки-60, Жиры-43, Углеводы-282

Бухгалтер-калькулятор