

СОГЛАСОВАНО:

Директор

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

А.В. Лазарев

подпись

расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ООО "КОП Промышленного района г.о. Самара"

Аверискин А.Ю.

расшифровка подписи

ООО "Комбинат общественного питания"

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

Меню дневного рациона на 03.10.25

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-

5	Масло порционно	ккал-33, Белки-0, Жиры-4, Углеводы-0	
85	Сосиска отварная с соусом	ккал-132, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2	
150	Слож ный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)	ккал-131, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19	
200/9	Чай с лимоном, сахаром.	ккал-34, Углеводы-8	
50	Хлеб пшеничный	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
499	Итого за -ЗАВТРАК-:	ккал-482, Белки-13, Жиры-21, Углеводы-59	85-00

-ОБЕД-

200/1	Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом	ккал-109, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16	
110	Тефтели, тушённые со сметанно-томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
170	Пюре гороховое с огурцом консервированным	ккал-246, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Напиток фруктовый	ккал-73, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной	ккал-67, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-14	
771	Итого за -ОБЕД-:	ккал-862, Белки-34, Жиры-23, Углеводы-128	110-17

-ПОЛДНИК-

100/10	Оладьи со сгущенным молоком.	ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43	
200	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)	ккал-112, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-28	
310	Итого за -ПОЛДНИК-:	ккал-395, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-71	50-00

Итого за день: ккал-1739, Белки-56, Жиры-53, Углеводы-258

Бухгалтер-калькулятор