

СОГЛАСОВАНО:

Директор

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

А.В. Лазарев

подпись

расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ:

ООО "КОГ 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 2 корпус

Меню дневного рациона на 26.11.25
Льготное питание 5-11 класс

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

-ЗАВТРАК-

80	Омлет натуральный со сливочным маслом	ккал-121, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-2	
200/25/5	Макаронные изделия отварные с сыром	ккал-345, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-47	
200/7	Чай с лимоном и сахаром	ккал-46, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
40	Батон пшеничный печеный	ккал-132, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	
557	Итого за -ЗАВТРАК-:	ккал-644, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-86	91-52

-ОБЕД-

12,5/250/1	Суп картофельный с горохом и цыпленком и укропом	ккал-186, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-21	
100	Рыба по-самарски тушеная с овощами.	ккал-139, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3	
180	Рис отварной	ккал-229, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-38	
200	Компот из сухофруктов	ккал-72, Белки-0, Углеводы-18	
60	Батон пшеничный печеный	ккал-202, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-39	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Жиры-0, Углеводы-19	
843	Итого за -ОБЕД-:	ккал-916, Белки-33, Жиры-25, Углеводы-138	128-14

-ПОЛДНИК-

150	Крендель Сахарный.	ккал-297, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-46	
200	Напиток из апельсинов	ккал-67, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-17	
350	Итого за -ПОЛДНИК-:	ккал-363, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-62	57-11

Итого за день: ккал-1923, Белки-65, Жиры-58, Углеводы-286

Бухгалтер-калькулятор