

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"

Аврискин А.Ю.

расшифровка подписи

ООО "Комбинат общественного питания"  
МБОУ Школа №26 г.о. Самара л/сч 206070460 1 корпусМеню дневного рациона на 11.12.25  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 1-4 класс

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

**-ЗАВТРАК-**

|     |                                                       |                                          |       |
|-----|-------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 60  | Салат из моркови с сахаром                            | ккал-31, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-7     |       |
| 200 | Запеканка из творога с рисом с<br>молочн.соусом сладк | ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35 |       |
| 200 | Чай с сахаром                                         | ккал-45, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11    |       |
| 45  | Хлеб пшеничный                                        | ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27   |       |
| 505 | Итого за -ЗАВТРАК-:                                   | ккал-592, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-80 | 85-00 |

**-ОБЕД-**

|         |                                               |                                           |        |
|---------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 200/5/1 | Борщ из свежей капусты на со<br>сметаной, укр | ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11     |        |
| 100     | Шницель мясной с соусом томатным              | ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10   |        |
| 150     | Каша гречневая вязкая с томатом<br>свежим     | ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18    |        |
| 200     | Напиток из плодов шиповника                   | ккал-124, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-30    |        |
| 50      | Хлеб пшеничный                                | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30    |        |
| 30      | Хлеб ржаной                                   | ккал-67, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-14     |        |
| 736     | Итого за -ОБЕД-:                              | ккал-758, Белки-21, Жиры-25, Углеводы-113 | 110-17 |

**-ПОЛДНИК-**

|        |                             |                                        |       |
|--------|-----------------------------|----------------------------------------|-------|
| 100/10 | Оладьи со сгущённым молоком | ккал-283, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-43 |       |
| 200    | Сок в ассортименте          | ккал-136, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-33 |       |
| 310    | Итого за -ПОЛДНИК-:         | ккал-420, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-76 | 37-83 |

Итого за день: ккал-1770, Белки-56, Жиры-52, Углеводы-269

Бухгалтер-калькулятор