



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

А.В. Лазарев

подпись

расшифровка подписи

Директор
ООО "Комбинат общественного питания г.о. Самара"

Аврискин А.Ю.

расшифровка подписи

ООО "Комбинат общественного питания"
МБОУ Школа №26 г.о. Самара л/сч 206070460 2 корпус

Меню дневного рациона на 11.12.25
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 5-11 класс

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

-ЗАВТРАК-

100	Салат из моркови с сахаром	ккал-54, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-12	
200	Запеканка из творога с рисом с молочн.соусом сладк	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	Чай с сахаром	ккал-45, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
550	Итого за -ЗАВТРАК-:	ккал-630, Белки-28, Жиры-18, Углеводы-88	91-52

-ОБЕД-

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
100	Шницель мясной с соусом томатным	ккал-245, Белки-7, Жиры-20, Углеводы-12	
180	Каша гречневая вязкая с маслом и томатом свежим...	ккал-152, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-22	
200	Напиток из плодов шиповника	ккал-124, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-30	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Хлеб ржаной	ккал-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	
856	Итого за -ОБЕД-:	ккал-928, Белки-24, Жиры-33, Углеводы-130	128-14

-ПОЛДНИК-

130/20	Оладьи со сгущенным молоком ...	ккал-424, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-72	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-33	
350	Итого за -ПОЛДНИК-:	ккал-561, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-104	57-11

Итого за день: ккал-2119, Белки-64, Жиры-64, Углеводы-323

Бухгалтер-калькулятор