

СОГЛАСОВАНО:

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

А.В. Лазарев

расшифровка подписи

ООО "КОП Промышленного района" г.о. Самара

Директор

А.Ю. Ларискин

расшифровка подписи

ООО "Комбинат общественного питания"

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

Меню дневного рациона на 19.12.25

ОСНОВНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ

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-**

|        |                                         |                                          |       |
|--------|-----------------------------------------|------------------------------------------|-------|
| 5      | Масло порционно                         | ккал-33, Белки-0, Жиры-4, Углеводы-0     |       |
| 250    | Плов с мясом, кукуруза консервированная | ккал-450, Белки-15, Жиры-22, Углеводы-49 |       |
| 200/10 | Чай с сахаром и лимоном                 | ккал-46, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11    |       |
| 40     | Батон пшеничный печеный                 | ккал-132, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26   |       |
| 505    | Итого за -ЗАВТРАК-:                     | ккал-661, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-86 | 85-00 |

**-ОБЕД-**

|         |                                                   |                                           |        |
|---------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|
| 200/5/1 | Солянка Домашняя со сметаной и<br>зеленью.        | ккал-109, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-7     |        |
| 100     | Котлеты из цыплят с томатным соусом               | ккал-140, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9     |        |
| 150     | Макаронные изделия отварные с маслом<br>сливочным | ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33    |        |
| 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     |        |
| 746     | Итого за -ОБЕД-:                                  | ккал-756, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-117 | 110-17 |

**-ПОЛДНИК-**

|       |                          |                                        |       |
|-------|--------------------------|----------------------------------------|-------|
| 100   | Пряники                  | ккал-318, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-55 |       |
| 200/7 | Чай с яблоками и сахаром | ккал-48, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-12  |       |
| 307   | Итого за -ПОЛДНИК-:      | ккал-366, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-66 | 50-00 |

Итого за день: ккал-1783, Белки-50, Жиры-54, Углеводы-269

Бухгалтер-калькулятор