

СОГЛАСОВАНО:

Директор

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

А.В. Лазарев

расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ:

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

Директор

Аверискин А.Ю.

расшифровка подписи

ООО "Комбинат общественного питания"

МБОУ Школа №26 г.о. Самара л/сч 206070460-2 корпус

Меню дневного рациона на 27.12.25

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ

5-11 класс

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

-ЗАВТРАК-

280	Плов с мясом и огурцом свежим порционно.	ккал-426, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48	
200	Чай с молоком	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
50	Батон пшеничный печеный	ккал-168, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-33	
530	Итого за -ЗАВТРАК-:	ккал-669, Белки-16, Жиры-25, Углеводы-94	91-52

-ОБЕД-

250/1	Суп картофельный с вермишелью и зеленью укропа	ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23	
105	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.	ккал-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-12	
180	Каша гречневая вязкая с маслом.	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Компот из сухофруктов	ккал-72, Белки-0, Углеводы-18	
45	Батон пшеничный печеный	ккал-151, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-30	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Жиры-0, Углеводы-19	
821	Итого за -ОБЕД-:	ккал-734, Белки-26, Жиры-14, Углеводы-126	128-14

-ПОЛДНИК-

100	Пряники	ккал-318, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-55	
200	Чай с сахаром	ккал-45, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
300	Итого за -ПОЛДНИК-:	ккал-363, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-66	57-11

Итого за день: ккал-1766, Белки-47, Жиры-46, Углеводы-285

Бухгалтер-калькулятор