



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 корпусМеню дневного рациона на 03.12.25
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	Филе куриное тушёное в сметанно-томатном соусе	ккал-203, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-4	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сл и оз.консерв.	ккал-163, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-26	
200	Чай с сахаром	ккал-45, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
530	Итого за -ЗАВТРАК-:	ккал-562, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-71	91-52

-ОБЕД-

250	Суп молочный с рисовой крупой.	ккал-145, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	
105	Сосиска отварная со сметанным соусом	ккал-155, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-137, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-17	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Жиры-0, Углеводы-19	
835	Итого за -ОБЕД-:	ккал-769, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-113	128-14

-ПОЛДНИК-

150	Плюшка "Московская".	ккал-481, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-76	
200	Напиток фруктовый	ккал-73, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-17	
350	Итого за -ПОЛДНИК-:	ккал-554, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-94	57-11

Итого за день: ккал-1886, Белки-56, Жиры-61, Углеводы-277

Бухгалтер-калькулятор