

Утверждаю

Зам. директора



Директор МБОУ Школа № 1 г. Самара



МЕНЮ

5 - 11 классы

1 день 1 неделя

На 12 октября 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Каша овсяная молочная пшеница с маслом слив.	210/18г		330,72	7,61	18,32	37,18
Маффины сметан с маффином	200гр.		113,00	2,94	1,39	27,87
Фрукт яблоко	100гр.		44,48	0,4	0,4	9,9
Батон	70гр.		136,34	6,44	1,54	43,90
Всего в завтрак	380гр.		736,48	17,39	21,39	108,95
обед:						
Салат из брокколи, заправки с мясом	100гр.		94,12	1,33	9,08	6,32
Суп гороховый с овощами, с картофелем	240/18/3гр.		145,23	5,34	5,14	16,13
Пюре из овощей	80/200гр.		395,89	23,18	13,41	45,96
Чай с лимоном	300/10гр.		41,08	0,33		8,87
Хлеб пшеничный	80гр.		146,38	4,74	3,00	26,26
Хлеб ржаной	10гр.		68,97	1,88	1,33	14,62
Всего в обед	613гр.		895,39	36,83	28,96	122,92
полдник:						
Бутерброд с колбасой	110гр.		278,80	7,30	6,12	47,80
Чай с сахаром	200гр.		48,00	0,63		11,35
Всего в полдник	330гр.		326,80	8,43	6,12	59,15
Всего за день			1917,68	62,65	52,63	291,94

105

Зам. Приказом

[Handwritten signature]

Всего