

Утвержден

Заместитель директора

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЗНАК
КАЧЕСТВА

Сопоставлено

Директор МБОУ ДСОЛ №

г. Самара

МЕНЮ

1 - 4 классы

Тема: 2 недели

На 19 октября 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Каша ячменная молочная из рисовой крупы	150/10гр.		224,38	6,37	8,25	31,71
Чай с сахаром	160гр.		16,00	0,47		8,50
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон с сыром	90гр.		270,88	11,08	8,54	40,00
Всего в завтрак	400гр.		574,40	18,62	16,29	91,63
Обед:						
Помидор свежий порционно	60гр.		13,20	0,60	0,12	2,28
Борщ с запеченой картошкой и квашеной капустой	200/10/10/2гр.		105,60	2,61	8,30	9,61
Птица тушенная в соусе	40/60гр.		145,40	10,35	10,43	5,12
Макаронные изделия отварные	150гр.		281,90	8,10	7,30	24,58
Чай с лимонном	180/15гр.		37,63	0,47		8,30
Хлеб пшеничный	80гр.		146,28	4,74	0,00	20,08
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,89	0,23	14,02
Всего в обед	503гр.		720,38	26,84	25,34	94,21
Полдник:						
Булочка с мясом	130гр.		347,00	7,03	11,30	53,26
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		8,47
Всего в полдник	280гр.		387,00	8,12	11,38	61,73
Всего за день			1681,78	53,28	51,84	200,61

Зав. Учебно-метод. кабинетом

Калькулятор