



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 15.02.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Г.Н. Аврискина

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	<i>Плов из филе птицы</i>	ккал-397, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-37	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
70	<i>Мандарин свежий</i>	ккал-25, Белки-1, Углеводы-5	
500	Итого за Завтрак	ккал-540, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-67	75-00
<u>Обед</u>			
20	<i>Икра кабачковая порционно.</i>	ккал-24, Жиры-2, Углеводы-2	
250/1	<i>Суп картофельный с фасолью зеленью укропа</i>	ккал-142, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	
90	<i>Рыба, тушённая по-самарски.</i>	ккал-118, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-2	
150	<i>Картофельное пюре с маслом</i>	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-92, Углеводы-23	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-728, Белки-29, Жиры-18, Углеводы-111	95-00
Итого за день		ккал-1 267, Белки-48, Жиры-40, Углеводы-178	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 16.02.2022

Утверждаю
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Т.Наврискина

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

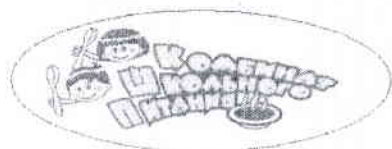
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
110	Биточки из говядины с томатным соусом.	ккал-162, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-12	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-180, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-29	
200	Чай с сахаром	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-547, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-72	75-00
<u>Обед</u>			
15	Огурец консервированный порционно	ккал-2	
250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-93, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
70	Гуляш из отварной говядины.	ккал-120, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-2	
150	Каша пшеничная с маслом сливочным	ккал-230, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-38	
200	Напиток из вишни	ккал-89, Углеводы-22	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
781	Итого за Обед	ккал-752, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-117	95-00
Итого за день		ккал-1 300, Белки-42, Жиры-42, Углеводы-190	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 17.02.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат школьного питания"
Промышленного района

Согласовано:
Директор МБОУ Школа № 43
г.о.Самара

И.И. Аврискина
МБОУ Школа № 43
г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
50	Сосиски отварные.	ккал-100, Белки-5, Жиры-9	
200/10	Каша пшеничная молочная с маслом	ккал-318, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-44	
200	Напиток шоколадный Nesquik	ккал-93, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-656, Белки-18, Жиры-31, Углеводы-76	75-00
<u>Обед</u>			
50	Салат картофельный с соленым огурцом	ккал-53, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
12,5/25 0/1	Суп картофельный с рыбными консервами и зеленью укропа	ккал-141, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	
80	Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным.	ккал-197, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-10	
150	Пюре гороховое.	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Кисель из черной смородины (фруктово-ягодный)	ккал-115, Углеводы-28	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
833,5	Итого за Обед	ккал-962, Белки-45, Жиры-25, Углеводы-139	95-00
	Итого за день	ккал-1 618, Белки-63, Жиры-57, Углеводы-215	170-00

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор  Шаикова Т.Ф.