



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара

Меню дневного рациона
на 18.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат
Школьного питания" Промышленного района
г.о.Самара
Ивановская

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>			
15	<i>Ветчина порционно .</i>	ккал-42, Белки-3, Жиры-3	
200/10	<i>Каша геркулесовая вязкая с маслом сливочным</i>	ккал-303, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-38	
200/11	<i>Чай с молоком</i>	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
55	<i>Маффины</i>	ккал-268, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-35	
521	Итого за Завтрак	ккал-766, Белки-19, Жиры-32, Углеводы-101	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	<i>Борщ с капустой и картофелем с зеленью укропа</i>	ккал-104, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	
110	<i>Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.</i>	ккал-165, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-12	
150	<i>Рис отварной с маслом</i>	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	<i>Напиток из чёрной смородины</i>	ккал-68, Углеводы-17	
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-758, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-121	95-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
200	<i>Морс вишневый Школьный"</i>	ккал-66, Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-66, Углеводы-16	16-55

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  Шайкова Т.Ф.
калькулятор



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара

Меню дневного рациона
на 19.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат
Школьного Питания" Промышленного района
г.о.Самара
И.А.Авдолькина

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	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
100	Сарделька отварная с соусом.	ккал-135, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-5	
180	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-239, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-41	
200	Кофейный напиток с молоком	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
520	Итого за Завтрак	ккал-616, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-82	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
110	Колобки из мяса цыплят "Школьные."	ккал-119, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-10	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Напиток из апельсинов	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-682, Белки-24, Жиры-15, Углеводы-113	95-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:
 МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
 Меню дневного рациона
 на 20.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат
 Школьного Питания" Промышленного района
 Т.Н.Аврискина

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	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/10	Каша пшеничная молочная с маслом	ккал-318, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-44	
200/11/3 ,5	Чай с лимоном и сахаром	ккал-46, Углеводы-11	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
504,5	Итого за Завтрак	ккал-539, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-71	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью укропа	ккал-144, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	
110	Тефтели, тушенные со сметанно - томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Компот из смеси сухофруктов	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-767, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-114	95-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
100	Апельсин (нарезка)	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
100	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
 МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
 Меню дневного рациона
 на 21.04.2022



Утверждаю:
 Генеральный директор ООО "Комбинат
 Школьного Питания" Промышленного района
 Т.Н.Аврискина

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



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Морковь , припущенная с сахаром.	ккал-55, Белки-1, Углеводы-12	
150/20	Запеканка из творога с рисом и пovidлом	ккал-383, Белки-20, Жиры-14, Углеводы-45	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-640, Белки-23, Жиры-15, Углеводы-104	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	Рассольник Ленинградский с зеленью укропа	ккал-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
90	Хлебцы рыбные с соусом сметанным с томатом	ккал-125, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-6	
180	Пюре гороховое..	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
200	Напиток из апельсинов	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
811	Итого за Обед	ккал-838, Белки-40, Жиры-19, Углеводы-127	95-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
200	Сок фруктовый (200 мл)	ккал-68; Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-68, Углеводы-16	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
 калькулятор

Шацкова Т.Ф.