



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 18.02.2022

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

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
30	Салат из моркови с сахаром	ккал-15, Углеводы-3	
150/20	Запеканка из творога с рисом и сгущённым молоком	ккал-392, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-40	
200	Чай с сахаром	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
70	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-31, Углеводы-7	
<b>500</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-578, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-80</b>	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
25	Зелёный горошек порционно.	ккал-10, Белки-1, Углеводы-2	
250/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа	ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
80	Шницель из говядины с томатным соусом..	ккал-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
150	Картофель отварной.	ккал-100, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>801</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-609, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-104</b>	<b>95-00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>ккал-1 187, Белки-46, Жиры-30, Углеводы-184</b>	<b>170-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 19.02.2022

Утверждаю:  
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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
10	<i>Сыр порционно</i>	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
200/10	<i>Каша манная вязкая молочная с маслом сливочным</i>	ккал-294, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-41	
200	<i>Напиток кофейный с молоком</i>	ккал-146, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
60	<i>Мандарин свежий</i>	ккал-21, Углеводы-5	
<b>510</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-573, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-86</b>	<b>75-00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>ккал-573, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-86</b>	<b>75-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 21.02.2022

Утверждаю:  
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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
20	Ветчина порционно.	ккал-56, Белки-5, Жиры-4	
200/10	Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом	ккал-259, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-33	
200	Чай с молоком	ккал-90, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
50	Апельсин (нарезка)	ккал-19, Углеводы-4	
520	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-569, Белки-15, Жиры-25, Углеводы-70	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	Икра кабачковая	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-93, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
80	Котлеты Сочные из филе куриного с соусом	ккал-98, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-180, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-29	
200	Напиток из свежей ягоды	ккал-87, Углеводы-21	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
806	<b>Итого за Обед</b>	ккал-712, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-114	<b>95-00</b>
	<b>Итого за день</b>	ккал-1 281, Белки-38, Жиры-44, Углеводы-184	<b>170-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



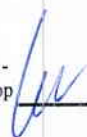
Утверждаю  
Генеральный директор ООО  
"Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 22.02.2022

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
15	<i>Сыр порционно.</i>	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
100	<i>Филе куриное тушеное с томатным соусом</i>	ккал-103, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-4	
150	<i>Каша гречневая вязкая с маслом сливочным</i>	ккал-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200/5	<i>Чай с лимоном и сахаром.</i>	ккал-61, Углеводы-15	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-441, Белки-25, Жиры-13, Углеводы-55	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
15	<i>Огурец консервированный порционно</i>	ккал-2	
250/1	<i>Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа</i>	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
80	<i>Сардельки отварные</i>	ккал-131, Белки-8, Жиры-11	
150	<i>Капуста тушеная белокочанная</i>	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
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	
786	<b>Итого за Обед</b>	ккал-701, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-103	<b>95-00</b>
	<b>Итого за день</b>	ккал-1 142, Белки-48, Жиры-36, Углеводы-158	<b>170-00</b>

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор 

Шацкова Т.Ф.