

ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 19.01.2022

Утверждаю:

Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Н.Аврискина

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

Метел

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	<i>Масло порционно</i>	ккал-66, Жиры-7	
110	<i>Биточки из говядины с томатным соусом.</i>	ккал-162, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-12	
150	<i>Вермишель отварная с маслом сливочным</i>	ккал-180, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-29	
200	<i>Чай с сахаром</i>	ккал-61, Углеводы-15	
30	<i>Батон пшеничный</i>	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>			
30	<i>Огурец консервированный порционно</i>	ккал-3, Углеводы-1	
250/10/ 1	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа</i>	ккал-98, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9	
60	<i>Гуляш из отварной говядины.</i>	ккал-103, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-2	
150	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	ккал-230, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-38	
200	<i>Напиток из вишни</i>	ккал-89, Углеводы-22	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
791	Итого за Обед	ккал-742, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-115	95-00
	Итого за день	ккал-1 289, Белки-41, Жиры-42, Углеводы-187	170-00

Зав. производством

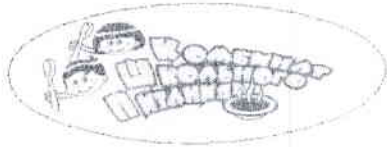
Метел

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Метел

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 20.01.2022

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

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

И.В. Аврискина

И.В. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость вычисления (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 огуцом	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 цыплят с маслом сливочным	ккал-161, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-10	
150	Пюре гороховое.	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
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-934, Белки-37, Жиры-25, Углеводы-141	95-00
	Итого за день	ккал-1 590, Белки-55, Жиры-56, Углеводы-217	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 21.01.2022

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

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
30	<i>Салат из моркови с сахаром</i>	ккал-15, Углеводы-3	
150/20	<i>Запеканка из творога с рисом и сгущённым молоком</i>	ккал-392, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-40	
200	<i>Чай с сахаром</i>	ккал-61, Углеводы-15	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
70	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-31, Углеводы-7	
500	Итого за Завтрак	ккал-578, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-80	75-00
<u>Обед</u>			
15	<i>Зелёный горошек порционно.</i>	ккал-6, Углеводы-1	
250/5/1	<i>Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа</i>	ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
80	<i>Шницель из говядины с томатным соусом.</i>	ккал-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
150	<i>Картофель отварной.</i>	ккал-100, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
200	<i>Напиток клюквенный Школьный</i>	ккал-62, Углеводы-15	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
791	Итого за Обед	ккал-605, Белки-20, Жиры-12, Углеводы-103	95-00
	Итого за день	ккал-1 183, Белки-46, Жиры-30, Углеводы-184	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.