



ООО "Комбинат школьного питания"
 МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
 Меню дневного рациона
 на 28.02.2022

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

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
 Директор МБОУ Школы
 г.о.Самара

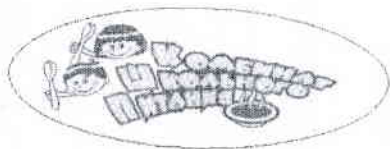
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
200/10	Каша пшеничная молочная с маслом	ккал-318, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-44	
200/7	Чай с лимоном и сахаром	ккал-62, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
55	Маффины	ккал-268, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-35	
517	Итого за Завтрак	ккал-778, Белки-18, Жиры-30, Углеводы-109	75-00
<u>Обед</u>			
50	Салат из свеклы отварной.	ккал-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
250/5/1	Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.	ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	
80	Котлеты рубленые из цыплят с маслом сливочным	ккал-161, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-10	
150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	ккал-240, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-39	
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	
826	Итого за Обед	ккал-883, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-139	95-00
<u>Полдник</u>			
100	Булочка "Сюрпризная"	ккал-404, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-64	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
300	Итого за Полдник	ккал-541, Белки-8, Жиры-14, Углеводы-97	40-00
Итого за день		ккал-2 202, Белки-52, Жиры-69, Углеводы-345	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 01.03.2022

Утверждаю
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
г.о.Самара
Е.И. Аврискина

Согласовано
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

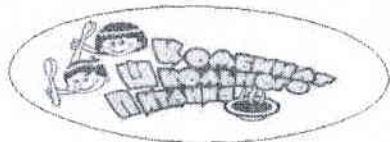
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/25/ 5	Макаронные изделия отварные с сыром...	ккал-345, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-47	
200	Напиток кофейный с молоком	ккал-146, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-632, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-88	75-00
<u>Обед</u>			
15	Зелёный горошек порционно.	ккал-6, Углеводы-1	
250/1	Рассольник Ленинградский с зеленью укропа	ккал-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
100	Рыба, тушеная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
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	
806	Итого за Обед	ккал-688, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-103	95-00
	Итого за день	ккал-1 320, Белки-49, Жиры-40, Углеводы-191	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



Утверждает
 Генеральный директор ООО
 "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

Н.А.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
 МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
 Меню дневного рациона
 на 02.03.2022

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)
<u>Завтрак</u>			
70	<i>Зразы Ленивые из говядины с яйцом</i>	ккал-128, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-6	
150	<i>Рис отварной с маслом</i>	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
50	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-22, Углеводы-5	
500	Итого за Завтрак	ккал-471, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-73	75-00
<u>Обед</u>			
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	
70	<i>Гуляш из отварной говядины.</i>	ккал-120, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-2	
150	<i>Пюре гороховое.</i>	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
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	
776	Итого за Обед	ккал-812, Белки-37, Жиры-19, Углеводы-124	95-00
	Итого за день	ккал-1 283, Белки-50, Жиры-33, Углеводы-197	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.