



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 03.03.2022

Утверждаю:

Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

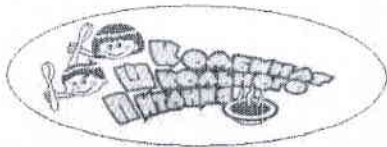
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
150/20	Лепешевник с творогом со сгущенным молоком	ккал-322, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-44	
200/3	Чай с лимоном и сахаром	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
100	Апельсин (нарезка)	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
513	Итого за Завтрак	ккал-566, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-83	75-00
<u>Обед</u>			
15	Кукуруза консервированная порционно.	ккал-9, Углеводы-2	
250	Суп молочный с гречневой крупой.	ккал-200, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-25	
90	Колобки из мяса цыплят "Школьные"	ккал-130, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Картофель отварной.	ккал-100, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
200	Компот из свежих яблок.	ккал-101, Углеводы-25	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
795	Итого за Обед	ккал-758, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-124	95-00
	Итого за день	ккал-1 324, Белки-44, Жиры-36, Углеводы-207	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 04.03.2022

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

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара



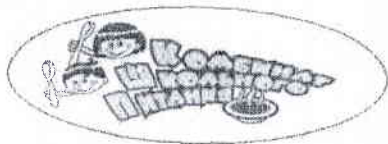
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
110	Биточки из говядины с томатным соусом.	ккал-162, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-12	
150	Каша перловая рассыпчатая.	ккал-214, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-38	
200	Чай с молоком	ккал-90, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-612, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-83	75-00
<u>Обед</u>			
15	Огурец консервированный порционно	ккал-2	
250/50	Суп картофельный с пельменями мясными	ккал-152, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-24	
50	Сосиски отварные.	ккал-100, Белки-5, Жиры-9	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-199, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34	
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	
805	Итого за Обед	ккал-787, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-130	95-00
<u>Полдник</u>			
100	Рождок с повидлом	ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58	
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
300	Итого за Полдник	ккал-470, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-91	40-00
Итого за день		ккал-1 869, Белки-49, Жиры-51, Углеводы-304	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 05.03.2022

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)
<u>Завтрак</u>			
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
160	Омлет с зелёным горошком	ккал-234, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-10	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
500	Итого за Завтрак	ккал-430, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-45	75-00
<u>Обед</u>			
50	Салат из свеклы отварной.	ккал-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
250/1	Суп картофельный с пшеном и зеленью укропа	ккал-110, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-20	
80	Котлеты Сочные из филе куриного с соусом	ккал-98, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	
150	Каши гречневая рассыпчатая с маслом	ккал-240, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-39	
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	
821	Итого за Обед	ккал-774, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-128	95-00
Итого за день		ккал-1 205, Белки-44, Жиры-37, Углеводы-173	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.