

ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 07.10.2021

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>			
80	Сливочная индюшка с соусом	ккал-94, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-7	
150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	ккал-243, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-38	
200	Чай с сахаром	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
60	Апельсин (нарезка)	ккал-23, Белки-1, Углеводы-5	
520	Итого за Завтрак	ккал-499, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-81	70-00
<u>Обед</u>			
60	Салат картофельный с солёным огурцом.	ккал-64, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	
250/1	Суп картофельный с вермишелью и зеленью укропа	ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23	
50	Котлеты из говядины	ккал-115, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-8	
150	Капуста тушеная белокочанная	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
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	
801	Итого за Обед	ккал-721, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-114	90-00
	Итого за день	ккал-1 220, Белки-39, Жиры-32, Углеводы-195	160-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 08.10.2021

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Т.Н.Аврискина
Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара
Михаилеток

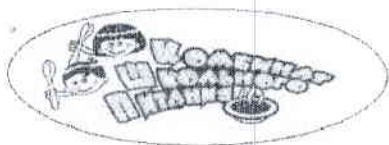
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150/20	<i>Запеканка из творога с рисом и сгущённым молоком</i>	ккал-392, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-40	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
100	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-44, Углеводы-10	
500	Итого за Завтрак	ккал-555, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-75	70-00
<u>Обед</u>			
50	<i>Салат из квашеной капусты</i>	ккал-43, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
250/1	<i>Рассольник Ленинградский с зеленью укропа</i>	ккал-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
80	<i>Шницель из говядины со сметанно-томатным соусом</i>	ккал-130, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
150	<i>Картофель отварной с маслом сливочным</i>	ккал-135, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-21	
200	<i>Напиток из лимона</i>	ккал-98, Углеводы-24	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	Итого за Обед	ккал-761, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-123	90-00
Итого за день		ккал-1 315, Белки-45, Жиры-38, Углеводы-198	160-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.
Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.
Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 09.10.2021

Утверждает
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

Г.Н. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
100	Филе куриное тушеное со сметанным соусом	ккал-107, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-5	
150	Каша перловая рассыпчатая.	ккал-214, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-38	
200/7	Чай с лимоном и сахаром	ккал-62, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
502	Итого за Завтрак	ккал-529, Белки-25, Жиры-15, Углеводы-74	70-00
	Итого за день	ккал-529, Белки-25, Жиры-15, Углеводы-74	70-00

Зав. производством Маф Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор Ш Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 11.10.2021



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>			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
25	Ветчина порционно	ккал-55, Белки-6, Жиры-5	
200/10	Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом	ккал-259, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-33	
200	Напиток шоколадный Nesquik	ккал-93, 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	Итого за Завтрак	ккал-537, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-70	70-00
<u>Обед</u>			
50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
250/10/ 1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-120, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-14	
105	Колобки из мяса цыплят "Школьные"	ккал-157, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-10	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-180, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-29	
200	Напиток из вишни	ккал-89, Углеводы-22	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
856	Итого за Обед	ккал-824, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-123	90-00
	Итого за день	ккал-1 361, Белки-42, Жиры-49, Углеводы-192	160-00

Зав. производством Маф. Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор Ш Шацкова Т.Ф.