

ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара

Меню дневного рациона

на 07.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат

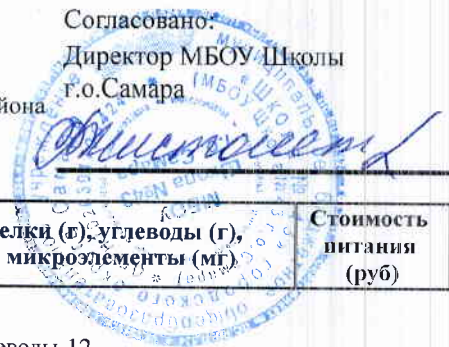
Школьного Питания" Промышленного района

Г.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы

г.о.Самара



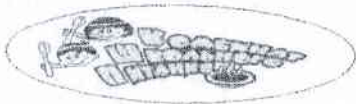
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
100	Морковь , припущенная с сахаром.	ккал-55, Белки-1, Углеводы-12	
150/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-605, Белки-23, Жиры-12, Углеводы-102	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/1	Рассольник Ленинградский с зеленью укропа	ккал-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
90	Хлебцы рыбные с соусом сметанным с томатом	ккал-125, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-6	
180	Пюре гороховое..	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
200	Напиток из апельсинов	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
811	<b>Итого за Обед</b>	ккал-838, Белки-40, Жиры-19, Углеводы-127	<b>95-00</b>
<b><u>Витаминизация 1 - 4 классы</u></b>			
200	Морс клюквенный "Школьный"	ккал-62, Углеводы-15	
200	<b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>	ккал-62, Углеводы-15	<b>16-55</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:  
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара

Генеральный директор ООО "Комбинат  
Школьного Питания" Промышленного района  
Т.И. Аврискина

Согласовано:  
Директор МБОУ Школы  
г.о.Самара

Меню дневного рациона  
на 08.04.2022

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	
80	Фрикадельки из говядины с томатным соусом.	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-515, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-70	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/10/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью укропа.	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
230/20	Плов из филе птицы со свежим огурцом	ккал-387, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50	
200	Напиток из плодов шиповника	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-812, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-127	<b>95-00</b>
<b><u>Витаминизация 1 - 4 классы</u></b>			
100	Апельсин (нарезка)	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
100	<b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	<b>16-55</b>

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор  Шалчикова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара

Меню дневного рациона  
на 09.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат  
Школьного питания" Бирюлинского 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>			
110	<i>Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.</i>	ккал-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-11	
150	<i>Картофельное пюре с маслом</i>	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200/11	<i>Чай с сахаром</i>	ккал-45, Углеводы-11	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
501	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-387, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-57	<b>75-00</b>
<b><u>Витаминизация 1 - 4 классы</u></b>			
200	<i>Морс из чёрной смородины Школьный"</i>	ккал-65, Углеводы-16	
200	<b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>	ккал-65, Углеводы-16	<b>16-55</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждено:

МБОУ Школа № 43 г.о. Самара

Меню дневного рациона  
на 11.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат

Школьного Питания" Промышленного района

Т.Д. 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>			
20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/10	Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом	ккал-259, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-33	
200/11	Чай с молоком	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
511	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-544, Белки-20, Жиры-24, Углеводы-63	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-98, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9	
100	Филе куриное тушеное с томатным соусом	ккал-114, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-3	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
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	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-701, Белки-29, Жиры-17, Углеводы-107	<b>95-00</b>
<b><u>Витаминизация 1 - 4 классы</u></b>			
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
200	<b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	<b>16-55</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.





ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара

Меню дневного рациона  
на 12.04.2022

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>			
100	<i>Котлеты Сочные'из филе куриного с томатным соусом</i>	ккал-106, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-5	
180	<i>Рис отварной с маслом .</i>	ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
510	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-439, Белки-16, Жиры-13, Углеводы-65	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/1	<i>Суп картофельный с вермишелью и зеленью укропа</i>	ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23	
100	<i>Рыба, тушеная в томате с овощами</i>	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
150/10	<i>Картофельное пюре с маслом сливочным и с зелёным горошком</i>	ккал-137, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21	
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	ккал-72, Углеводы-18	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-683, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-108	<b>95-00</b>
<b><u>Витаминизация 1 - 4 классы</u></b>			
100	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-44, Углеводы-10	
100	<b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>	ккал-44, Углеводы-10	<b>16-55</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.