



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 07.12.2021

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО  
"Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района  
Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Директор МБОУ Школы  
г.о.Самара

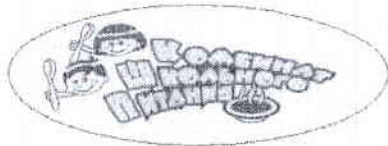
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
80	<i>Сардельки отварные</i>	ккал-131, Белки-8, Жиры-11	
150	<i>Макаронные изделия отварные с маслом сливочным</i>	ккал-199, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34	
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>Апельсин (нарезка)</i>	ккал-19, Углеводы-4	
<b>510</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-467, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-63	<b>70-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	<i>Огурец консервированный порционно</i>	ккал-3, Углеводы-1	
250/1	<i>Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа</i>	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
90	<i>Шницель из говядины со сметанно - томатным соусом.</i>	ккал-152, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-12	
150	<i>Пюре гороховое.</i>	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
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	
<b>811</b>	<b>Итого за Обед</b>	ккал-815, Белки-36, Жиры-18, Углеводы-126	<b>90-00</b>
	<b>Итого за день</b>	ккал-1 282, Белки-53, Жиры-35, Углеводы-190	<b>160-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 08.12.2021

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

И.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>			
80	<i>Биточки из говядины с соусом сметанно-томатным</i>	ккал-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая с маслом</i>	ккал-243, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-38	
200/3	<i>Чай с лимоном и сахаром</i>	ккал-61, Углеводы-15	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
50	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-22, Углеводы-5	
513	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-538, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-84	<b>70-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
50	<i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i>	ккал-43, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
250/5/1	<i>Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа</i>	ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
180	<i>Жаркое по - домашнему с мясом говядины.</i>	ккал-219, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-17	
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	<b>Итого за Обед</b>	ккал-660, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-100	<b>90-00</b>
	<b>Итого за день</b>	ккал-1 198, Белки-39, Жиры-34, Углеводы-184	<b>160-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 09.12.2021

Утверждаю:  
Генеральный директор  
"Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района  
Т.Н. Аврашкина

Согласовано:  
Директор МБОУ Школа  
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	
100	Филе куриное тушеное со сметанным соусом	ккал-107, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-5	
150	Каша пшённая	ккал-230, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-38	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-608, Белки-29, Жиры-15, Углеводы-89	<b>70-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
20	Зеленый горошек порционно	ккал-8, Белки-1, Углеводы-1	
250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	
90	Хлебцы рыбные с соусом сметанным с томатом	ккал-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7	
150	Рис отварной с маслом	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
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	
806	<b>Итого за Обед</b>	ккал-743, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-122	<b>90-00</b>
<b>Итого за день</b>		ккал-1 351, Белки-50, Жиры-34, Углеводы-211	<b>160-00</b>

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор  Шацкова Т.Ф.