

ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 23.09.2021

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
г.о.Самара
Т.Н. Аврискина
Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара
№ 43
г.о.Самара

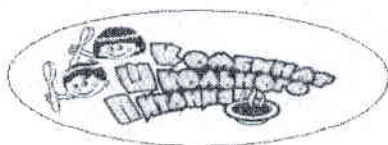
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
150/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43	
200	Чай с сахаром	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
90	Банан нарезка	ккал-85, Белки-1, Углеводы-19	
515	Итого за Завтрак	ккал-690, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-93	70-00
<u>Обед</u>			
50	Помидор свежий.	ккал-11, Белки-1, Углеводы-2	
250/5/1	Солянка домашняя со сметаной и зеленью укропа	ккал-126, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-9	
60	Шницель рыбный натуральный.	ккал-78, Белки-9, Жиры-2, Углеводы-5	
150	Рагу из овощей с соусом	ккал-137, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-15	
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	
806	Итого за Обед	ккал-660, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-96	90-00
<u>Полдник</u>			
100	Булочка "Сюрпризная"	ккал-404, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-64	
200	Напиток шоколадный Nesquik	ккал-93, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-497, Белки-9, Жиры-15, Углеводы-81	40-00
Итого за день		ккал-1 846, Белки-60, Жиры-58, Углеводы-270	200-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 24.09.2021

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Т.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>			
120	Тефтели, тушеные со сметанным соусом с томатом	ккал-210, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-12	
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	
507	Итого за Завтрак	ккал-565, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-81	70-00
<u>Обед</u>			
20	Огурцы консервированные порционно	ккал-2	
250/50/ 1	Суп картофельный с пельменями I мясными и зеленью	ккал-173, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Бигус с сосисками	ккал-244, Белки-9, Жиры-17, Углеводы-14	
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	
811	Итого за Обед	ккал-739, Белки-24, Жиры-24, Углеводы-108	90-00
	Итого за день	ккал-1 304, Белки-42, Жиры-42, Углеводы-189	160-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.