



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 25.09.2021

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

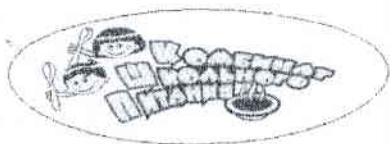
| Выход (г)             | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b> |   |  |                               |
| 30                    | <i>Огурцы свежие порционно</i>                              | ккал-3, Углеводы-1   |                               |
| 90                    | <i>Фрикадельки из говядины с соусом сметанным с томатом</i> | ккал-136, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-11   |                               |
| 150                   | <i>Каша гречневая рассыпчатая с маслом</i>                  | ккал-243, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-38   |                               |
| 200                   | <i>Чай с сахаром</i>  | ккал-61, Углеводы-15   |                               |
| 30                    | <i>Батон пшеничный</i>                                      | ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15  |                               |
| 500                   | <b>Итого за Завтрак</b>                                     | ккал-521, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-80                                       | <b>70-00</b>                  |
|                       | <b>Итого за день</b>  | ккал-521, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-80                                       | <b>70-00</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 27.09.2021

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------|--|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b> |  |  |                               |
| 10                    | Сыр порционно  | ккал-34, Белки-3, Жиры-3   |                               |
| 30                    | Ветчина порционно  | ккал-84, Белки-7, Жиры-6   |                               |
| 200/10                | Каша геркулесовая вязкая с маслом сливочным                  | ккал-304, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-38  |                               |
| 200                   | Напиток шоколадный Nesquik                                   | ккал-93, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17  |                               |
| 60                    | Батон пшеничный.   | ккал-157, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-31   |                               |
| 510                   | <b>Итого за Завтрак</b>                                      | ккал-671, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-86                                       | <b>70-00</b>                  |
| <b><u>Обед</u></b>    |  |  |                               |
| 50                    | Икра кабачковая.   | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4   |                               |
| 250/5/1               | Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью укропа | ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10  |                               |
| 90                    | Котлеты рубленые из цыплят со сметанно - томатным соусом.    | ккал-118, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-10   |                               |
| 150                   | Рис отварной с маслом  | ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32   |                               |
| 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  |                               |
| 836                   | <b>Итого за Обед</b>   | ккал-770, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-120                                      | <b>90-00</b>                  |
|                       | <b>Итого за день</b>   | ккал-1 442, Белки-45, Жиры-49,<br>Углеводы-205                                 | <b>160-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.