



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 11.04.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

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) |
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|

Завтрак

|          |   |  |              |
|----------|---|--|--------------|
| 5        | Масло порционно.                        | ккал-33, Жиры-4                          |              |
| 250      | Плов с мясом, кукуруза консервированная | ккал-453, Белки-15, Жиры-22, Углеводы-49 |              |
| 200/11/7 | Чай с лимоном и сахаром.                | ккал-46, Углеводы-11                     |              |
| 30       | Хлеб пшеничный                          | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18    |              |
| 503      | <b>Итого за Завтрак</b>                 | ккал-622, Белки-18, Жиры-26, Углеводы-79 | <b>75-00</b> |

Обед

|                |  |   |              |
|----------------|--|---|--------------|
| 12,5/25<br>0/1 | Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом. | ккал-159, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23    |              |
| 110            | Котлеты "Любительские" рыбные с соусом.              | ккал-91, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-6      |              |
| 160            | Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком        | ккал-137, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21    |              |
| 200            | Кисель   | ккал-124, Углеводы-31                     |              |
| 60             | Хлеб пшеничный                                       | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |              |
| 30             | Хлеб ржаной.   | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 823,5          | <b>Итого за Обед</b>                                 | ккал-759, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-131 | <b>96-00</b> |

Полдник

|        |                                |  |              |
|--------|--------------------------------|--|--------------|
| 100/10 | Блинчики со сгущенным молоком. | ккал-235, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-34 |              |
| 200    | Компот из сухофруктов.         | ккал-72, Углеводы-18                   |              |
| 310    | <b>Итого за Полдник</b>        | ккал-307, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-52 | <b>45-00</b> |

Витаминизация 1 - 4 классы

|     |  |                      |              |
|-----|--|----------------------|--------------|
| 200 | Морс из чёрной смородины "Школьный"        | ккал-65, Углеводы-16 |              |
| 200 | <b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b> | ккал-65, Углеводы-16 | <b>18-01</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 11.04.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "ДПП" 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) |
|-----------|--------------------|---|-------------------------|
|-----------|--------------------|---|-------------------------|

Завтрак

|          |  |  |              |
|----------|--|--|--------------|
| 5        | Масло порционно.                         | ккал-33, Жиры-4                          |              |
| 280      | Плов с мясом, кукуруза консервированная. | ккал-477, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-56 |              |
| 200/11/7 | Чай с лимоном и сахаром.                 | ккал-46, Углеводы-11                     |              |
| 50       | Хлеб пшеничный                           | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30   |              |
| 553      | <b>Итого за Завтрак</b>                  | ккал-707, Белки-16, Жиры-28, Углеводы-98 | <b>75-00</b> |

Обед

|                |  |   |              |
|----------------|--|---|--------------|
| 12,5/25<br>0/1 | Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом. | ккал-159, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23    |              |
| 110            | Котлеты "Любительские" рыбные с соусом.              | ккал-91, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-6      |              |
| 180            | Картофельное пюре с маслом и зелёным горошком.       | ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20    |              |
| 200            | Кисель   | ккал-124, Углеводы-31                     |              |
| 60             | Хлеб пшеничный                                       | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |              |
| 30             | Хлеб ржаной.   | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 843,5          | <b>Итого за Обед</b>                                 | ккал-777, Белки-27, Жиры-17, Углеводы-130 | <b>96-00</b> |

Обед №2

|       |                         |   |              |
|-------|-------------------------|---|--------------|
| 250/1 | Суп овощной с укропом   | ккал-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11     |              |
| 170   | Макаронник с мясом.     | ккал-291, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-35  |              |
| 200   | Напиток из апельсинов.  | ккал-67, Углеводы-17                      |              |
| 60    | Хлеб пшеничный          | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |              |
| 30    | Хлеб ржаной.            | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 711   | <b>Итого за Обед №2</b> | ккал-691, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-113 | <b>96-00</b> |

Полдник

|        |                            |  |              |
|--------|----------------------------|--|--------------|
| 150/20 | Блины со сгущенным молоком | ккал-408, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-68 |              |
| 200    | Компот из сухофруктов.     | ккал-72, Углеводы-18                     |              |
| 370    | <b>Итого за Полдник</b>    | ккал-479, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-86 | <b>45-00</b> |

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 11.04.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "ДНП"

Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------|--------------------|--|-------------------------|
|-----------|--------------------|--|-------------------------|

Завтрак

|          |  |  |              |
|----------|--|--|--------------|
| 5        | Масло порционно.                         | ккал-33, Жиры-4                          |              |
| 280      | Плов с мясом, кукуруза консервированная. | ккал-477, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-56 |              |
| 200/11/7 | Чай с лимоном и сахаром.                 | ккал-46, Углеводы-11                     |              |
| 50       | Хлеб пшеничный                           | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30   |              |
| 553      | <b>Итого за Завтрак</b>                  | ккал-707, Белки-16, Жиры-28, Углеводы-98 | <b>75-00</b> |

Обед

|                |  |   |              |
|----------------|--|---|--------------|
| 12,5/25<br>0/1 | Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом. | ккал-159, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23    |              |
| 110            | Котлеты "Любительские" рыбные с соусом.              | ккал-91, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-6      |              |
| 180            | Картофельное пюре с маслом и зелёным горошком.       | ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20    |              |
| 200            | Кисель   | ккал-124, Углеводы-31                     |              |
| 60             | Хлеб пшеничный                                       | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |              |
| 30             | Хлеб ржаной.   | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 843,5          | <b>Итого за Обед</b>                                 | ккал-777, Белки-27, Жиры-17, Углеводы-130 | <b>96-00</b> |

Обед №2

|       |                         |   |              |
|-------|-------------------------|---|--------------|
| 250/1 | Суп овощной с укропом   | ккал-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11     |              |
| 170   | Макаронник с мясом.     | ккал-291, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-35  |              |
| 200   | Напиток из апельсинов.  | ккал-67, Углеводы-17                      |              |
| 60    | Хлеб пшеничный          | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |              |
| 30    | Хлеб ржаной.            | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 711   | <b>Итого за Обед №2</b> | ккал-691, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-113 | <b>96-00</b> |

Полдник

|        |                            |  |              |
|--------|----------------------------|--|--------------|
| 150/20 | Блины со сгущенным молоком | ккал-408, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-68 |              |
| 200    | Компот из сухофруктов.     | ккал-72, Углеводы-18                     |              |
| 370    | <b>Итого за Полдник</b>    | ккал-479, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-86 | <b>45-00</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № г.о.Самара 3 день

Меню дневного рациона на 11.04.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" *И.И. Андискина*

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>Ассортимент свободного выбора</b> |  |  |                               |
| 100                                  | <i>Винегрет овощной</i>                                      | ккал-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7   | 25-00                         |
| 100                                  | <i>Салат "Здоровье"</i>                                      | ккал-116, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-9  | 25-00                         |
| 100                                  | <i>Зелёный горошек порционно,</i>                            | ккал-35, Белки-3, Углеводы-7   | 30-00                         |
| 100                                  | <i>Кукуруза консервированная порционно</i>                   | ккал-57, Белки-2, Углеводы-11  | 40-00                         |
| 100                                  | <i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i>              | ккал-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9   | 15-00                         |
| 100                                  | <i>Салат из квашеной капусты с луком</i>                     | ккал-85, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8   | 25-00                         |
| 100                                  | <i>Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым.</i> | ккал-73, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3   | 40-00                         |
| 25/20/5                              | <i>Сельдь солёная с луком</i>                                | ккал-89, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-2   | 35-00                         |
| 20/50                                | <i>Яйцо вареное с икрой кабачковой</i>                       | ккал-91, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-4   | 25-00                         |
| 25/250/1                             | <i>Суп картофельный с вермишелью и щепотками и укропом</i>   | ккал-189, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-23   | 25-00                         |
| 70/5                                 | <i>Зразы из говядины с луком и яйцом с маслом сливочным</i>  | ккал-189, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-10  | 60-00                         |
| 70/50                                | <i>Печень тушёная в соусе</i>                                | ккал-217, Белки-20, Жиры-11, Углеводы-10                                       | 80-00                         |
| 100                                  | <i>Рыба запечённая со сметанным соусом.</i>                  | ккал-140, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-6  | 85-00                         |
| 55                                   | <i>Сосиска отварная.</i>                                     | ккал-143, Белки-6, Жиры-13   | 30-00                         |
| 75                                   | <i>Филе куриное запеченное под сырным соусом</i>             | ккал-111, Белки-19, Жиры-3, Углеводы-1   | 80-00                         |
| 105                                  | <i>Котлеты "Любительские" рыбные с соусом</i>                | ккал-92, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-6   | 35-00                         |
| 245                                  | <i>Плов с мясом, кукуруза консервированная</i>               | ккал-450, Белки-15, Жиры-22, Углеводы-49                                       | 55-00                         |
| 150/20/5                             | <i>Макаронные изделия отварные с сыром</i>                   | ккал-271, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-35                                       | 35-00                         |
| 100                                  | <i>Вермишель отварная с маслом сливочным.</i>                | ккал-127, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-22   | 10-00                         |
| 100                                  | <i>Каша гречневая рассыпчатая с маслом.</i>                  | ккал-162, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-26   | 20-00                         |
| 100                                  | <i>Каша пшённая с маслом.</i>                                | ккал-153, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25   | 10-00                         |
| 100                                  | <i>Каша пшеничная с маслом</i>                               | ккал-103, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15   | 10-00                         |
| 100                                  | <i>Каша перловая вязкая с маслом</i>                         | ккал-92, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15  | 10-00                         |
| 100                                  | <i>Капуста тушеная белокочанная</i>                          | ккал-76, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9   | 15-00                         |
| 100                                  | <i>Картофельное пюре с маслом.</i>                           | ккал-65, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7   | 20-00                         |
| 200                                  | <i>Картофель по-деревенски запеченный</i>                    | ккал-367, Белки-6, Жиры-22, Углеводы-37  | 40-00                         |
| 160                                  | <i>Картофельное пюре с маслом и зеленым горошком</i>         | ккал-137, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21   | 30-00                         |
| 100                                  | <i>Пюре гороховое</i>  | ккал-162, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-22  | 10-00                         |
| 100                                  | <i>Рис отварной</i>  | ккал-124, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-21   | 15-00                         |
| 100                                  | <i>Рагу из овощей с соусом.</i>                              | ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10  | 15-00                         |
| 100                                  | <i>Макаронные изделия отварные с маслом сливочным.</i>       | ккал-133, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23   | 10-00                         |
| 100/20                               | <i>Блины с повидлом</i>                                      | ккал-280, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-51   | 30-00                         |
| 100/10                               | <i>Блины со сгущенным молоком</i>                            | ккал-260, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-43   | 30-00                         |
| 100/10                               | <i>Блины со сливочным маслом</i>                             | ккал-294, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-38  | 30-00                         |
| 200                                  | <i>Кисель</i>  | ккал-124, Углеводы-31  | 10-00                         |
| 200                                  | <i>Сек в ассортименте</i>                                    | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33   | 20-00                         |
| 200/11                               | <i>Чай с сахаром.</i>  | ккал-45, Углеводы-11   | 5-00                          |
| 200/11/7                             | <i>Чай с лимоном и сахаром.</i>                              | ккал-46, Углеводы-11   | 10-00                         |
| 200/11                               | <i>Чай с молоком и сахаром</i>                               | ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13  | 12-00                         |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.