



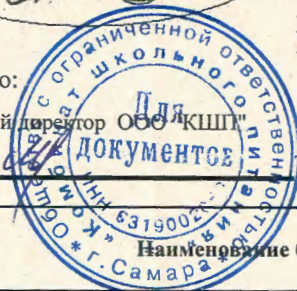
ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 19.04.2023

Утверждаю:

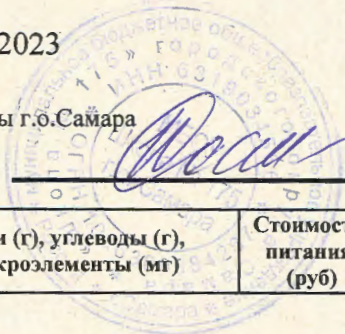
Генеральный директор ООО "КШП"



Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
80	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-143, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-8	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
60	Апельсин (нарезка)	ккал-23, Белки-1, Углеводы-5	
531	Итого за Завтрак	ккал-518, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-77	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
150	Рис отварной с маслом	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
791	Итого за Обед	ккал-787, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-125	96-00
<u>Полдник</u>			
100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
300	Итого за Полдник	ккал-408, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-70	45-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
200	Морс вишневый "Школьный"	ккал-66, Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-66, Углеводы-16	18-01

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 19.04.2023

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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
80	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-143, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-8	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
60	Апельсин (нарезка)	ккал-23, Белки-1, Углеводы-5	
531	Итого за Завтрак	ккал-518, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-77	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
150	Рис отварной с маслом	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
791	Итого за Обед	ккал-787, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-125	96-00
<u>Полдник</u>			
100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
300	Итого за Полдник	ккал-408, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-70	45-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
200	Морс вишневый "Школьный"	ккал-66, Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-66, Углеводы-16	18-01

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 19.04.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина



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

Завтрак

80	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-143, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-8	
180	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-239, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-41	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
60	Апельсин (нарезка)	ккал-23, Белки-1, Углеводы-5	
561	Итого за Завтрак	ккал-569, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-86	75-00

Обед

250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
180	Рис отварной с маслом.	ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	Итого за Обед	ккал-799, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-124	96-00

Обед №2

250/1	Рассольник Ленинградский с зеленью укропа	ккал-113, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
280	Бигус с колбасой	ккал-288, Белки-11, Жиры-19, Углеводы-19	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	Итого за Обед №2	ккал-717, Белки-21, Жиры-25, Углеводы-101	96-00

Полдник

150	Крендель "Сахарный".	ккал-297, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-46	
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
350	Итого за Полдник	ккал-413, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-55	45-00

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 19.04.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.б.Самара



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

Завтрак

80	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-143, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-8	
180	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-239, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-41	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
60	Апельсин (нарезка)	ккал-23, Белки-1, Углеводы-5	
561	Итого за Завтрак	ккал-569, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-86	75-00

Обед

250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
180	Рис отварной с маслом.	ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	Итого за Обед	ккал-799, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-124	96-00

Обед №2

250/1	Рассольник Ленинградский с зеленью укропа	ккал-113, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
280	Бигус с колбасой	ккал-288, Белки-11, Жиры-19, Углеводы-19	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	Итого за Обед №2	ккал-717, Белки-21, Жиры-25, Углеводы-101	96-00

Полдник

150	Крендель "Сахарный".	ккал-297, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-46	
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
350	Итого за Полдник	ккал-413, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-55	45-00

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 19.04.2023

Утверждаю:

Согласовано:

Генеральный директор ООО "КШП"

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

Выход	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Ассортимент свободного выбора			
100	Венерет овощной	ккал-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	25-00
100	Салат "Здоровье"	ккал-116, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-9	25-00
100	Зелёный горошек порционно,	ккал-35, Белки-3, Углеводы-7	30-00
100	Кукуруза консервированная порционно	ккал-57, Белки-2, Углеводы-11	40-00
100	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	15-00
100	Салат из квашеной капусты с луком	ккал-85, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	25-00
100	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым.	ккал-73, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	40-00
25/20/5	Сельдь солёная с луком	ккал-89, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-2	35-00
20/50	Яйцо вареное с икрой кабачковой	ккал-91, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-4	25-00
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	20-00
70/5	Зразы из говядины с луком и яйцом с маслом сливочным	ккал-189, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-10	60-00
70/50	Печень тушёная в соусе	ккал-217, Белки-20, Жиры-11, Углеводы-10	80-00
100	Рыба запечённая со сметанным соусом.	ккал-140, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-6	85-00
55	Сосиска отварная.	ккал-143, Белки-6, Жиры-13	30-00
75	Филе куриное запеченное под сырным соусом	ккал-111, Белки-19, Жиры-3, Углеводы-1	80-00
100	Блины "Школьные" с соусом томатным	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	40-00
80	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-74, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-2	35-00
150/20/5	Макаронные изделия отварные с сыром	ккал-271, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-35	35-00
100	Вермишель отварная с маслом сливочным.	ккал-127, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-22	10-00
100	Каша гречневая рассыпчатая с маслом.	ккал-162, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-26	20-00
100	Каша пшённая с маслом.	ккал-153, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25	10-00
100	Каша пшеничная с маслом	ккал-103, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15	10-00
100	Каша перловая вязкая с маслом	ккал-92, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15	10-00
100	Каша тушёная белокочанная	ккал-76, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9	15-00
100	Картофельное пюре с маслом.	ккал-65, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	20-00
200	Картофель по-деревенски запечённый	ккал-367, Белки-6, Жиры-22, Углеводы-37	40-00
100	Пюре гороховое	ккал-162, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-22	10-00
100	Рис отварной	ккал-124, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-21	15-00
100	Рагу из овощей с соусом.	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	15-00
100	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным.	ккал-133, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23	10-00
100/20	Блины с повидлом	ккал-280, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-51	30-00
100/10	Блины со сгущённым молоком	ккал-260, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-43	30-00
100/10	Блины со сливочным маслом	ккал-294, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-38	30-00
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	15-00
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	20-00
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	5-00
200/11/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	10-00
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	12-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Брюнчук Е.Н.