



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара с 1 до 11 лет

Меню дневного рациона на 24.04.2023

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

**Завтрак**

|        |   |  |              |
|--------|---|--|--------------|
| 20     | Сыр порционно.                                  | ккал-69, Белки-5, Жиры-5                 |              |
| 40     | Яйцо вареное                                    | ккал-63, Белки-5, Жиры-5                 |              |
| 200/10 | Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом | ккал-259, Белки-6, Жиры-11, 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    |              |
| 511    | <b>Итого за Завтрак</b>                         | ккал-556, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-65 | <b>75-00</b> |

**Обед**

|          |   |   |              |
|----------|---|---|--------------|
| 250/10/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа | ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12    |              |
| 100      | Сливочная индюшка с соусом.                               | ккал-165, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-6    |              |
| 170      | Пюре гороховое с огурцом консервированным.                | ккал-246, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34   |              |
| 200      | Напиток клюквенный Школьный                               | ккал-62, Углеводы-15                      |              |
| 60       | Хлеб пшеничный  | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |              |
| 30       | Хлеб ржаной.  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 821      | <b>Итого за Обед</b>                                      | ккал-827, Белки-35, Жиры-24, Углеводы-117 | <b>96-00</b> |

**Полдник**

|        |                         |   |              |
|--------|-------------------------|---|--------------|
| 100    | Десерт "Нежность"       | ккал-446, Белки-4, Жиры-15, Углеводы-73 |              |
| 200/11 | Чай с сахаром.          | ккал-45, Углеводы-11                    |              |
| 311    | <b>Итого за Полдник</b> | ккал-491, Белки-4, Жиры-15, Углеводы-84 | <b>45-00</b> |

**Витаминизация 1 - 4 классы**

|     |  |                                |              |
|-----|--|--------------------------------|--------------|
| 200 | Сок в ассортименте                         | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 |              |
| 200 | <b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b> | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | <b>18-01</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

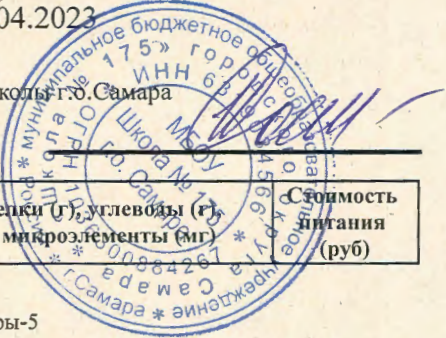
Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБОУ Школа № 175 г.о.Самара с 7 до 11 лет  
Меню дневного рациона на 24.04.2023

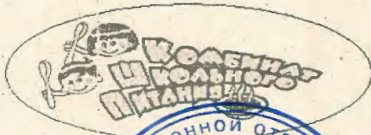
Согласовано:  
Директор МБОУ Школы г.о.Самара



| Выход (г)                                | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--|---|---|-------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>                    |   |   |                         |
| 20                                       | Сыр порционно.  | ккал-69, Белки-5, Жиры-5  |                         |
| 40                                       | Яйцо вареное  | ккал-63, Белки-5, Жиры-5  |                         |
| 200/10                                   | Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом           | ккал-259, Белки-6, Жиры-11, 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                                       |                         |
| 511                                      | <b>Итого за Завтрак</b>                                   | ккал-556, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-65                                    | <b>75-00</b>            |
| <b><u>Обед</u></b>                       |   |   |                         |
| 250/10/1                                 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа | ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12                                      |                         |
| 100                                      | Сливочная индюшка с соусом.                               | ккал-165, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-6                                      |                         |
| 170                                      | Пюре гороховое с огурцом консервированным.                | ккал-246, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34                                     |                         |
| 200                                      | Напиток клюквенный Школьный                               | ккал-62, Углеводы-15  |                         |
| 60                                       | Хлеб пшеничный  | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36                                      |                         |
| 30                                       | Хлеб ржаной.  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14   |                         |
| 821                                      | <b>Итого за Обед</b>                                      | ккал-827, Белки-35, Жиры-24, Углеводы-117                                   | <b>96-00</b>            |
| <b><u>Полдник</u></b>                    |   |   |                         |
| 100                                      | Десерт "Нежность"   | ккал-446, Белки-4, Жиры-15, Углеводы-73                                     |                         |
| 200/11                                   | Чай с сахаром.  | ккал-45, Углеводы-11  |                         |
| 311                                      | <b>Итого за Полдник</b>                                   | ккал-491, Белки-4, Жиры-15, Углеводы-84                                     | <b>45-00</b>            |
| <b><u>Витаминизация 1 - 4 классы</u></b> |   |   |                         |
| 200                                      | Сок в ассортименте  | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33  |                         |
| 200                                      | <b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>                | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33  | <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 лет и старше

Меню дневного рациона на 24.04.2023

Утверждаю

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания"

Т.Н.Аврискина

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

Завтрак

|        |   |  |              |
|--------|---|--|--------------|
| 20     | Сыр порционно.                                  | ккал-69, Белки-5, Жиры-5                 |              |
| 40     | Яйцо вареное                                    | ккал-63, Белки-5, Жиры-5                 |              |
| 250/10 | Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом | ккал-307, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-42  |              |
| 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    |              |
| 561    | <b>Итого за Завтрак</b>                         | ккал-604, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-73 | <b>75-00</b> |

Обед

|          |   |   |              |
|----------|---|---|--------------|
| 250/10/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа | ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12    |              |
| 100      | Сливочная индюшка с соусом.                               | ккал-165, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-6    |              |
| 180      | Пюре гороховое с огурцом консервированным                 | ккал-247, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34   |              |
| 200      | Напиток клюквенный Школьный                               | ккал-62, Углеводы-15                      |              |
| 60       | Хлеб пшеничный  | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |              |
| 30       | Хлеб ржаной.  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 831      | <b>Итого за Обед</b>                                      | ккал-828, Белки-35, Жиры-24, Углеводы-118 | <b>96-00</b> |

Обед №2

|             |  |   |              |
|-------------|--|---|--------------|
| 12,5/25/0/1 | Суп картофельный с рисом, цыплятами с укропом            | ккал-135, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21    |              |
| 110         | Котлеты рубленые из птицы с соусом                       | ккал-143, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-11   |              |
| 180         | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, икра из свеклы | ккал-176, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-24    |              |
| 200         | Напиток из плодов шиповника.                             | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24            |              |
| 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 №2</b>                                  | ккал-802, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-130 | <b>96-00</b> |

Полдник

|        |                         |  |              |
|--------|-------------------------|--|--------------|
| 150    | Десерт "Нежность".      | ккал-669, Белки-6, Жиры-23, Углеводы-110 |              |
| 200/11 | Чай с сахаром.          | ккал-45, Углеводы-11                     |              |
| 361    | <b>Итого за Полдник</b> | ккал-714, Белки-6, Жиры-23, Углеводы-121 | <b>45-00</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчук Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 24.04.2023

Утверждено:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 175 г.о.Самара

Т.Н.Аврискina

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

**Завтрак**

|        |   |  |              |
|--------|---|--|--------------|
| 20     | Сыр порционнo.                                  | ккал-69, Белки-5, Жиры-5                 |              |
| 40     | Яйцо вареное                                    | ккал-63, Белки-5, Жиры-5                 |              |
| 250/10 | Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом | ккал-307, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-42  |              |
| 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    |              |
| 561    | <b>Итого за Завтрак</b>                         | ккал-604, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-73 | <b>75-00</b> |

**Обед**

|          |   |   |              |
|----------|---|---|--------------|
| 250/10/1 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа | ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12    |              |
| 100      | Сливочная индюшка с соусом.                               | ккал-165, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-6    |              |
| 180      | Пюре гороховое с огурцом консервированным                 | ккал-247, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34   |              |
| 200      | Напиток клюквенный Школьный                               | ккал-62, Углеводы-15                      |              |
| 60       | Хлеб пшеничный  | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |              |
| 30       | Хлеб ржаной.  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 831      | <b>Итого за Обед</b>                                      | ккал-828, Белки-35, Жиры-24, Углеводы-118 | <b>96-00</b> |

**Обед №2**

|             |  |   |              |
|-------------|--|---|--------------|
| 12,5/25/0/1 | Суп картофельный с рисом, цыплятами с укропом            | ккал-135, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21    |              |
| 110         | Котлеты рубленые из птицы с соусом                       | ккал-143, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-11   |              |
| 180         | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, икра из свеклы | ккал-176, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-24    |              |
| 200         | Напиток из плодов шиповника.                             | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24            |              |
| 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 №2</b>                                  | ккал-802, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-130 | <b>96-00</b> |

**Полдник**

|        |                         |  |              |
|--------|-------------------------|--|--------------|
| 150    | Десерт "Нежность".      | ккал-669, Белки-6, Жиры-23, Углеводы-110 |              |
| 200/11 | Чай с сахаром.          | ккал-45, Углеводы-11                     |              |
| 361    | <b>Итого за Полдник</b> | ккал-714, Белки-6, Жиры-23, Углеводы-121 | <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 24.04.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШПТ"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.И. Аврискина

| Выход (г)                            | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--------------------------------------|---|---|-------------------------|
| <b>Ассортимент свободного выбора</b> |   |   |                         |
| 100                                  | Винегрет 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                   |
| 200/10                               | Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом           | ккал-259, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-33                                     | 30-00                   |
| 250/10/1                             | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа | ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12                                      | 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                                   | Соусиска 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                   |
| 80                                   | Сливочная индюшка с соусом                                | ккал-94, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-7  | 45-00                   |
| 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                                  | Капуста тушеная 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 запеченный                        | ккал-367, Белки-6, Жиры-22, Углеводы-37                                     | 40-00                   |
| 100                                  | Пюре гороховое  | ккал-162, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-22                                     | 10-00                   |
| 150                                  | Пюре гороховое с огурцом консервированным.                | ккал-213, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-29                                     | 20-00                   |
| 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 сгущенным 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                                  | Напиток клюквенный Школьный                               | ккал-62, Углеводы-15  | 15-00                   |
| 200                                  | Соус 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

Брюнчугина Е.Н.