



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 30.11.2022

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" *Т.Н.Аврикшина*  
 Для документов

Согласовано  
 Директор МБОУ Школы г.о.Самара



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

Завтрак

230	Плов из филе птицы.	ккал-384, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-49	
200	Кофейный напиток с молоком.	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
60	Апельсин (нарезка)	ккал-23, Белки-1, Углеводы-5	
520	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-642, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-89	<b>75-00</b>

Обед

250/1	Рассольник Ленинградский с зеленью укропа	ккал-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
100	Шницель из говядины с соусом томатным	ккал-153, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10	
165	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным и кукурузой консервированной	ккал-147, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
806	<b>Итого за Обед</b>	ккал-725, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-114	<b>95-00</b>

Обед №2

250/1	Суп картофельный с вермишелью и зеленью укропа	ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23	
55	Сосиска отварная.	ккал-143, Белки-6, Жиры-13	
150	Капуста тушеная белокочанная	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
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	
746	<b>Итого за Обед №2</b>	ккал-686, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-102	<b>95-00</b>

Полдник

100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-482, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-91	<b>40-00</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>19-09</b>

Зав. производством *Макарова Е.Е.*

Бухгалтер - калькулятор *Брюнчугина Е.Н.*

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 30.11.2022г.

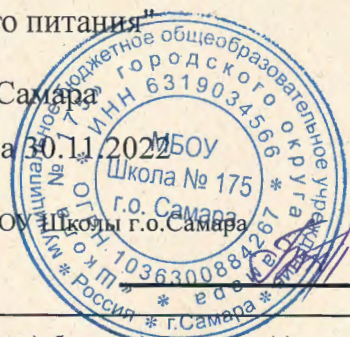
Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

содержаю:

генеральный директор ООО "КШП"



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
230	<i>Плов из филе птицы.</i>	ккал-384, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-49	
200	<i>Кофейный напиток с молоком.</i>	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
60	<i>Апельсин (нарезка)</i>	ккал-23, Белки-1, Углеводы-5	
520	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-642, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-89	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/1	<i>Рассольник Ленинградский с зеленью укропа</i>	ккал-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
100	<i>Шницель из говядины с соусом томатным</i>	ккал-153, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10	
165	<i>Каша гречневая вязкая с маслом сливочным и кукурузой консервированной</i>	ккал-147, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-72, Углеводы-18	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
806	<b>Итого за Обед</b>	ккал-725, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-114	<b>95-00</b>
<b><u>Обед №2</u></b>			
250/1	<i>Суп картофельный с вермишелью и зеленью укропа</i>	ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23	
55	<i>Сосиска отварная.</i>	ккал-143, Белки-6, Жиры-13	
150	<i>Капуста тушеная белокочанная</i>	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
200	<i>Напиток из свежей ягоды</i>	ккал-87, Углеводы-21	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
746	<b>Итого за Обед №2</b>	ккал-686, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-102	<b>95-00</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<i>Плюшка "Московская"</i>	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200	<i>Кисель</i>	ккал-124, Углеводы-31	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-482, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-91	<b>40-00</b>
<b><u>Витаминизация 1 - 4 классы</u></b>			
200	<i>Морс из чёрной смородины "Школьный"</i>	ккал-65, Углеводы-16	
200	<b>Итого за Витаминизация 1 - 4 классы</b>	ккал-65, Углеводы-16	<b>19-09</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.