

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 12.11.2024

Утверждаю:

Генеральный директор 000 "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Desceretas

Выход (г)	Памменование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
14.5	Завтрак	1 * RM 2	
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
250	Жаркое по-домашнему из цыплят, свежий томат	ккал-277, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-23	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
511	Итого за Завтрак	ккал-509, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-59	80-00
	<u> 06eð</u>		
14/200/ 1	Суп картофельный с вермишелью, фрикадельками мясными и зеленью	ккал-125, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Котлеты рыбные с соусом томатным	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Рис отварной с маслом, свежий огурец	ккал-168, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Компот из изюма	ккал-94, Углеводы-23	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб рэканой.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	Laj Liew
755	Итого за Обед	ккал-769, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-129	105-00
	<u>Полдник</u>		
100	Булочка " Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
300	Итого за Полдник	ккал-430, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-67	45-00
	Полдник СЕ	<u>80</u>	
100	Булочка " Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	7 1 1 6
311	Итого за Полдник СВО	ккал-436, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-68	35-86
	Зав. производством	Макарова Е.Е. Бухгалтер - Б калькулятор	Брюнчугина E.H.

ООО "Комбинат школьного питания" МБОУ Школа № 175 г.Самара с 7 до 11 лет Меню дневного рациона на 12.11,2024 Утверждаю: Ukona Ne 175 **С**огласовано: Генеральный директор, 900 "КЦЦП" ОВ Директор МБОУ Школы г.о.Самара o ocomon Н. Аврискина Стоимость эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), Наименование блюда Выход (г) питания витамины (мг), микроэлементы (мг) (руб) Завтрак 10 ккал-66, Жиры-7 Масло порционно Жаркое по-домашнему из цыплят, ккал-277, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-23 250 свежий томат 200/11 Чай с сахаром. ккал-45, Углеводы-11 ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 Хлеб пшеничный. 40 Итого за Завтрак ккал-509, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-59 80-00 511 14/200/ Суп картофельный с вермишелью, ккал-125, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18 фрикадельками мясными и зеленью 1 100 Котлеты рыбные с соусом томатным.. ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9 ккал-168, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-28 Рис отварной с маслом, свежий огурец 150 ккал-94, Углеводы-23 200 Компот из изюма.. ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 60 Хлеб пшеничный ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 30 Хлеб рэканой. Итого за Обед ккал-769, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-129 755 105-00 Полдник 100 Булочка " Плетёнка" ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57 ккал-39, Углеводы-10 200 Чай со смородиной Итого за Полдник ккал-430, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-67 45-00 300 Полдник СВО 100 Булочка " Плетёнка" ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57 ккал-45, Углеводы-11 200/11 Чай с сахаром. Итого за Полдник СВО ккал-436, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-68 35-86 311

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания" енной от МБОУ Школа № 175 г.Самара с 12 и старше обществ опьно Меню дневного рациона на 12.11.2024 Утверждаю: Согласовано: RIIIMEHTO Директор МБОУ Школы г.о.Самара Генеральный директор ООО КШП" e agriou Т.Н. Аврискина Стоимость эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), Наименование олюда Выход (г) питания витамины (мг), микроэлементы (мг) (руб) Завтрак 10 Масло порционно ккал-66, Жиры-7 Жаркое по-домашнему из цыплят, ккал-283, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-24 280 свежий томат. 200/11 Чай с сахаром. ккал-45, Углеводы-11 ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 50 Хлеб пшеничный. Итого за Завтрак ккал-545, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-66 86-75 551 Обед 14/250/ Суп картофельный с вермишелью, ккал-145, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-19 фрикадельками мясными и зеленью 100 ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9 Котлеты рыбные с соусом томатным.. ккал-195, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-33 180 Рис отварной с маслом, свежий огурец. 200 ккал-94, Углеводы-23 Компот из изюма.. 60 Хлеб пшеничный ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 30 Хлеб ржаной. Итого за Обед ккал-815, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-134 121-46 835 Обед №2 Суп овощной со сметаной и зеленью ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10 250/5/1 укропа. ккал-291, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-35 170 Макаронник с мясом. ккал-67, Углеводы-17 200 Напиток из апельсинов. ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 60 Хлеб пшеничный ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 30 Хлеб ржаной. Итого за Обед №2 ккал-692, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-112 121-46 716 Полдник 150 Булочка "Плетёнка". ккал-506, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-66 ккал-45, Углеводы-11 200/11 Чай с сахаром. Итого за Полдник ккал-551, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-77 54-13 361 Полдник СВО 150 Булочка "Плетёнка". ккал-506, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-66 200/11 ккал-45, Углеводы-11 Чай с сахаром. Итого за Полдник СВО ккал-551, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-77 54-13 361

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - 5 5 Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 12.11.2024

Утверждаю: фогласовано: Генеральный директор 900 "КШП"

HHON OT

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Deagnan

о Самара

	S = "0K/ We. 5 5 6		~00m/ * -
выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
280	Жаркое по-домашнему из цыплят, свежий томат.	ккал-283, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-24	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
551	Итого за Завтрак	ккал-545, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-66	86-75
	Обед		
14/250/	Суп картофельный с вермишелью, фрикадельками мясными и зеленью	ккал-145, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-19	
100	Котлеты рыбные с соусом томатным	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
180	Рис отварной с маслом, свежий огурец.	ккал-195, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-33	
200	Компот из изюма	ккал-94, Углеводы-23	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
835	Итого за Обед	ккал-815, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-134	121-46
	<u>Обед №2</u>		3 A
250/5/1	Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.	ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	
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	In the
716	Итого за Обед №2	ккал-692, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-112	121-46
	<u>Полдник</u>		
150	Булочка "Плетёнка".	ккал-506, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-66	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник	ккал-551, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-77	54-13
	Полдник СВ	<u>80</u>	
150	Булочка "Плетёнка".	ккал-506, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-66	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361		ккал-551, Белки-12, Жиры-22, Углеводы-7/7	54-13



Генеральный директов ООО "КШП"

Утверждаю:

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № г.о.Самара 3 день

Меню свободного выбора блюд (дополнительное питание) на 12.11.2024 Прогла № 175

Согласовано

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

Deagray

1			//	137.01
	Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (Р), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	100	Винегрет овощной	ккал-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	30-00
	100	Винегрет с сельдью	ккал-130, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-5	45-00
	100	Салат "Бодрость"	ккал-117, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-5	50-00
	100	Салат "Квартет"	ккал-146, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-3	70-00
	100	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым.	ккал-73, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	55-00
	100	Салат из свежих огурцов с луком репчатым	ккал-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	55-00
	100	Салат из свежих томатов с луком зелёным.	ккал-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	65-00
	100	Салат из свеклы с сыром и чесноком.	ккал-137, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	40-00
	100	Салат из свеклы с черносливом.	ккал-138, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-19	40-00
	100	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-86, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9	15-00
	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	30-00
	100	Брускетта "Большая перемена"	ккал-179, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-24	45-00
	14/250/	Суп картофельный с вермишелью, фрикадельками мясными и зеленью	ккал-145, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-19	35-00
	100	Рыба запечёная со сметанным соусом.	ккал-155, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-5	85-00
		Филе куриное запеченое под сырным		0.7.00
	75	соусам	ккал-111, Белки-19, Жиры-3, Углеводы-1	85-00
	80	Котлеты рыбные с соусом томатным.	ккал-94, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6	45-00
	200	Жаркое по-домашнему из цыплят, свежий томат,	ккал-196, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-14	55-00
	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	85-00
	100	Стейк "Курочка Ряба"	ккал-225, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-7	92-00
	100	Шашлык из филе птицы.	ккал-170, Белки-27, Жиры-6, Углеводы-1	115-00
	90	Ёжики мясные с томатным соусом.	ккал-159, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-10	55-00
	165	Индейка отварная с рисом и овощами	ккал-234, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-31	60-00
	100	Рыба запечённая (мойва)	ккал-302, Белки-16, Жиры-25, Углеводы-4	75-00
	55	Сосиска отварная.	ккал-143, Белки-6, Жиры-13	30-00
	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 гречневая рассыпчатая с овощами.	ккал-163, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	30-00
	100	Каша пшённая с маслом.	ккал-153. Белки-4. Жиры 4. Устеводы-25	10-00
	100	Капуста тушеная белокочанная.	ккал б. Белки-2, Жиры 3, Угловоды-9	20-00
	100	Картофельное пюре с маслом.	ккал-65, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	20-00
	200	Картофель по-деревенски запеченный	ксил-367, Белки-6, Жиры-22, Угдеволы-37	40-00
	100	Пюре гороховое с маслом сливочным	ккіл-162, Белки-Н Жиры-3, Углеведин-22	10-00
	100	Рис отварной	кыл-130, Белки-2, Жиры-4, Углеводы 22	15-00
	100	Рис отварной с овощами.	жин 193, белки-3, Жиры-б. Углевблы 18	30-00
	100	Рагу из овощей с соусом.	килл 91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	15-00
	100	Капуста брокколи запечённая	ккал- 7, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	64-00
	100	Капуста цветная запечённая	ккал-66, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-3	64-00
	100	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным.	ккал-133, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23	10-00
	200	Компот из изюма	ккал-94, Углеводы-23	20-00
	200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	20-00
	200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	5-00
		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	15-00
		Зав. производством	Макарова Е.Е. Бухгалтер - Брі	ончутина Е.Н.
		зав. производством в и в	Dynamich - 1 phi	

Брюнчутина Е.Н.