



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 24.10.2022

Утверждаю:

Согласовано:

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания"

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Н.Аврискина



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

Завтрак

10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
200/10	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-303, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-38	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
55	Маффины	ккал-268, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-35	
30	Хлеб пшеничный	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
516	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-786, Белки-18, Жиры-31, Углеводы-101	<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	
250	Плов из филе птицы со свежим огурцом	ккал-387, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-780, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-121	<b>95-00</b>

Обед №2

250/1	Суп картофельный с фасолью консервированной и укропом	ккал-142, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	
100	Шницель из свинины с соусом томатным	ккал-245, Белки-7, Жиры-19, Углеводы-12	
165	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным и томатом свежим.	ккал-149, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
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 №2</b>	ккал-879, Белки-23, Жиры-30, Углеводы-129	<b>95-00</b>

Полдник

100	Пирог "Школьный"	ккал-481, Белки-4, Жиры-19, Углеводы-72	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-525, Белки-5, Жиры-19, Углеводы-84	<b>40-00</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>19-09</b>

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара

К меню дневного рациона на 24.10.2022

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Исходя:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
200/10	Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным	ккал-303, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-38	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
55	Маффины	ккал-268, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-35	
30	Хлеб пшеничный	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
516	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-786, Белки-18, Жиры-31, Углеводы-101	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	
250	Плов из филе птицы со свежим огурцом	ккал-387, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-780, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-121	<b>95-00</b>
<b>Обед №2</b>			
250/1	Суп картофельный с фасолью консервированной и укропом	ккал-142, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	
100	Шницель из свинины с соусом томатным	ккал-245, Белки-7, Жиры-19, Углеводы-12	
165	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным и томатом свежим.	ккал-149, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
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 №2</b>	ккал-879, Белки-23, Жиры-30, Углеводы-129	<b>95-00</b>
<b>Полдник</b>			
100	Пирог "Школьный"	ккал-481, Белки-4, Жиры-19, Углеводы-72	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-525, Белки-5, Жиры-19, Углеводы-84	<b>40-00</b>
<b>Витаминизация 1 - 4 классы</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>19-09</b>

Зав. производством

*С.С.*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*Б.С.*

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № г.о.Самара

на 1 день дневного рациона на 24.10.2022

Исполнено:

Согласовано:

Административный директор ООО КШП

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

И.И. Фурсина



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (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 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
200/10	<i>Каша геркулесовая вязкая молочная с маслом сливочным</i>	ккал-303, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-38	30-00
250/10/1	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа</i>	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	20-00
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 тушёная в томате с овощами</i>	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	75-00
100	<i>Рыба запечённая со сметанным соусом.</i>	ккал-168, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-6	85-00
80	<i>Котлеты рубленые из цыплят с маслом</i>	ккал-172, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-10	50-00
180/20	<i>Плов из филе птицы со свежими огурцами</i>	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38	40-00
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-120, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-20	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 запеченый</i>	ккал-367, Белки-6, Жиры-22, Углеводы-37	40-00
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
200	<i>Напиток из черной смородины.</i>	ккал-68, Углеводы-17	20-00
200	<i>Сок 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.