



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.10.2023

Утверждаю

Генеральный директор

ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 175 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

100	"Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом	ккал-122, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-174, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-25	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
510	Итого за Завтрак	ккал-520, Белки-21, Жиры-15, Углеводы-75	75-00

Обед

250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	
100	Бифштекс "Пикантный" с соусом томатным	ккал-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-11	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
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	
791	Итого за Обед	ккал-667, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-107	96-00

Полдник

100	Сырники из творога с повидлом.	ккал-256, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-25	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник	ккал-301, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-36	45-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.10.2023

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

100	"Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом	ккал-122, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-174, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-25	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
510	Итого за Завтрак	ккал-520, Белки-21, Жиры-15, Углеводы-75	75-00

Обед

250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	
100	Бифитекс "Пикантный" с соусом томатным	ккал-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-11	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
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	
791	Итого за Обед	ккал-667, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-107	96-00

Полдник

100	Сырники из творога с повидлом.	ккал-256, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-25	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник	ккал-301, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-36	45-00

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 17.10.2023

Утверждено

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), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

100	"Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом	ккал-122, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-12	
200	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
550	Итого за Завтрак	ккал-600, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-90	75-00

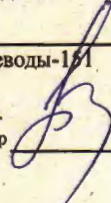
Обед

250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	
100	Бифштекс "Пикантный" с соусом томатным	ккал-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-11	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
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	Итого за Обед	ккал-694, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-111	96-00

Обед №2

250/1	Суп картофельный с фасолью консервированной и укропом	ккал-142, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	
100	Шницель мясной с соусом томатным	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
180	Каша перловая рассыпчатая с маслом	ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46	
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	
821	Итого за Обед №2	ккал-954, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-151	96-00

Зав. производством  Мазарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор  Брюнчугина Е.Н.

Меню разработано на основании требований к питанию обучающихся в общеобразовательных организациях Самарской области, утвержденных приказом от 14.08.2023 № 100-О/2023-О. Меню разработано на основании требований к питанию обучающихся в общеобразовательных организациях Самарской области, утвержденных приказом от 14.08.2023 № 100-О/2023-О.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО КШП

Согласовано:

Директор МБОУ Школы Г.о.Самара

И.А. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	"Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом	ккал-122, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-12	
200	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	
200	Какао напиток с молоком.	ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
550	Итого за Завтрак	ккал-600, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-90	75-00
Обед			
250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	
100	Бифитекс "Пикантный" с соусом томатным	ккал-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-11	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
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	Итого за Обед	ккал-694, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-111	96-00
Обед №2			
250/1	Суп картофельный с фасолью консервированной и укропом	ккал-142, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	
100	Шницель мясной с соусом томатным	ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10	
180	Каша перловая рассыпчатая с маслом	ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46	
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	
821	Итого за Обед №2	ккал-954, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-151	96-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № г.о.Самара 1 день

Мясо дневного рациона на 17.10.2023

Утверждено:
Генеральный директор ООО "КСП"

Согласовано:
Директор МБОУ Школа № г.о.Самара

И.И. Абрамова

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Ассортимент свободного выбора			
100	Винегрет овощной	ккал-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	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	Морковные палочки "Не грусти - похрусти!"	ккал-52, Белки-1, Углеводы-12	20-00
100	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	15-00
100	Салат из свежих огурцов с луком репчатым	ккал-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	30-00
100	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	ккал-73, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	30-00
100	Салат из свежих томатов с луком зеленым	ккал-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	30-00
100	Салат из свеклы с сыром и чесноком	ккал-137, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	30-00
135/20/5	Сельдь солёная с луком	ккал-89, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-2	35-00
100	Салат из квашеной капусты с луком	ккал-85, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	30-00
20/50	Яйцо вареное с икрой кабачковой	ккал-91, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-4	25-00
100	Брускетта "Большая перемена"	ккал-179, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-24	45-00
250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	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
100	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	75-00
80	Котлеты рубленые из цыплят со сметанным соусом с томатом	ккал-105, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-9	50-00
80	Бифитекс "Пикантный" с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-10	42-00
80	"Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом	ккал-106, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-10	40-00
130/20/5	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, 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 тушёная белокочанная	ккал-76, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9	20-00
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 с маслом сливочным	ккал-162, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-22	10-00
100	Рис отварной	ккал-124, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-21	15-00
100	Рис отварной с овощами	ккал-133, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-18	30-00
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
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	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
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  Израилова Е.Е.

Бухгалтер - кассир  Бронхуткина Е.Н.