



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа г.о.Самара **ВЫСОВЫ**

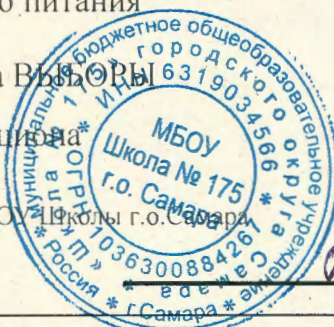
Меню дневного рациона

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ



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

08.09.2023г.

100	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым.	ккал-73, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	
250/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
80	Гуляш из отварного мяса говядины.	ккал-137, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-3	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
60	Сдоба "Самарская"	ккал-232, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-37	
886	Итого за Обед	ккал-920, Белки-27, Жиры-34, Углеводы-126	170-00

09.09.2023г.

100	Винегрет овощной	ккал-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	
12,5/250/1	Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом.	ккал-159, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23	
80	Котлеты рубленые из цыплят с маслом	ккал-172, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-10	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
50	Рожок с повидлом	ккал-168, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30	
883,5	Итого за Обед №2	ккал-976, Белки-28, Жиры-35, Углеводы-137	170-00

10.09.2023г.

100	Салат "Оливье" с колбасой.	ккал-214, Белки-6, Жиры-19, Углеводы-4	
250/5/1	Солянка домашняя со сметаной и зеленью.	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	
200	Плов из филе птицы	ккал-397, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-37	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
50	Плюшка Московская.	ккал-179, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30	
846	Итого за Полдник	ккал-1109, Белки-34, Жиры-55, Углеводы-120	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

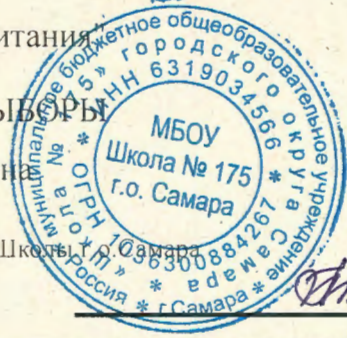
Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа г.о.Самара ВЫБОРЫ

Меню дневного рациона



Утверждаю:

Генеральный директор



И.И. Лавришкина

Согласовано:

Директор МБОУ Школа

[Signature]

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

08.09.2023г.

100	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым.	ккал-73, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	
250/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
80	Гуляш из отварного мяса говядины.	ккал-137, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-3	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
60	Сдоба "Самарская"	ккал-232, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-37	
886	Итого за Обед	ккал-920, Белки-27, Жиры-34, Углеводы-126	170-00

09.09.2023г.

100	Винегрет овощной	ккал-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	
12,5/250/1	Суп картофельный с вермишелью и цыплятами и укропом.	ккал-159, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23	
80	Котлеты рубленые из цыплят с маслом	ккал-172, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-10	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
50	Рожок с повидлом	ккал-168, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30	
883,5	Итого за Обед №2	ккал-976, Белки-28, Жиры-35, Углеводы-137	170-00

10.09.2023г.

100	Салат "Оливье" с колбасой.	ккал-214, Белки-6, Жиры-19, Углеводы-4	
250/5/1	Солянка домашняя со сметаной и зеленью.	ккал-131, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-8	
200	Плов из филе птицы	ккал-397, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-37	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
50	Плюшка Московская.	ккал-179, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30	
846	Итого за Полдник	ккал-1109, Белки-34, Жиры-55, Углеводы-120	170-00

Зав. производством

[Signature]

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

[Signature]

Шацкова Г.Ф.