



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 17.02.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

М.Аврискина

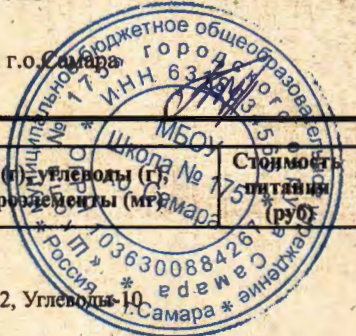
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб)
<b>Завтрак</b>			
110	Тефтели из говядины со сметанно-томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
504,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-456, Белки-14, Жиры-18, Углеводы-60	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/1	Солянка Домашняя с укропом	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	
110	Котлеты рубленые из птицы с соусом	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-802, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-121	<b>96-00</b>
<b>Полдник</b>			
100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-377, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-62	<b>45-00</b>

Зав. производством

Маварова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.







ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 17.02.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 175 г.о.Самара

Н.Аврискина



Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), Белки (г), Углеводы (г), Витамины (мг)	Жиры (г), Микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	------------------------------	-------------------------

**Завтрак**

110	Тефтели из говядины со сметанно-томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-14		
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20		
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11		
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18		
504,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-456, Белки-14, Жиры-18, Углеводы-60		<b>75-00</b>

**Обед**

250/1	Солянка Домашняя с укропом	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9		
110	Котлеты рубленые из птицы с соусом	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11		
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33		
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18		
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36		
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14		
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-802, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-121		<b>96-00</b>

**Полдник**

100	Ватрушка с творогом.	ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46		
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17		
300	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-377, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-62		<b>45-00</b>

Зав. производством

Маврова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчугина Е.Н.





ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 17.02.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы № 175 г.о.Самара

Т.Н. Аверкина

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

Завтрак

110	Тефтели из говядины со сметанно-томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
180	Картофельное пюре.	ккал-143, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-17	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
<b>564,5</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-557, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-75</b>	<b>75-00</b>

Обед

250/1	Солянка Домашняя с укропом	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	
110	Котлеты рубленые из птицы с соусом	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>831</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-830, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-123</b>	<b>96-00</b>

Обед №2

250/1	Суп картофельный с рисом и зеленью укропа	ккал-109, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-21	
100	Рыба запечённая со сметанным соусом.	ккал-140, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-6	
180	Каша пшеничная с маслом.	ккал-187, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-28	
200	Компот из изюма.	ккал-114, Углеводы-28	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>821</b>	<b>Итого за Обед №2</b>	<b>ккал-799, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-132</b>	<b>96-00</b>

Полдник

150	Ватрушка с творогом.	ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
<b>350</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>ккал-532, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-85</b>	<b>45-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.





ООО "Комбинат школьного питания"

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

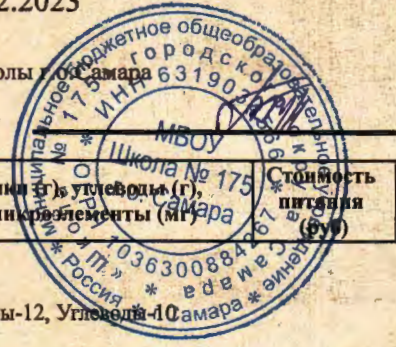
Меню дневного рациона на 17.02.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" *А.А. Марискина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы *С.А. Самарина*



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

Завтрак

110	Тефтели из говядины со сметанно-томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
180	Картофельное пюре.	ккал-143, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-17	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
<b>564,5</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-557, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-75</b>	<b>75-00</b>

Обед

250/1	Солянка Домашняя с укропом	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	
110	Котлеты рубленые из птицы с соусом	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>831</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-830, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-123</b>	<b>96-00</b>

Обед №2

250/1	Суп картофельный с рисом и зеленью укропа	ккал-109, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-21	
100	Рыба запечённая со сметанным соусом.	ккал-140, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-6	
180	Каша пшеничная с маслом.	ккал-187, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-28	
200	Компот из изюма.	ккал-114, Углеводы-28	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>821</b>	<b>Итого за Обед №2</b>	<b>ккал-799, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-132</b>	<b>96-00</b>

Полдник

150	Ватрушка с творогом.	ккал-465, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-69	
200	Напиток из черной смородины.	ккал-68, Углеводы-17	
<b>350</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>ккал-532, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-85</b>	<b>45-00</b>

Зав. производством *Мазарова Е.Е.*

Бухгалтер - калькулятор *Брюнчугина Е.Н.*





ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № г.о.Самара

Меню дневного рациона на 17.02.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШПТ"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб)
<b>Ассортимент свободного выбора</b>			
100	<i>Винегрет овощной</i>	ккал-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-11	25-00
100	<i>Салат "Здоровье."</i>	ккал-116, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-9	23-00
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 квашеной капусты с репчатым луком</i>	ккал-85, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	25-00
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
250/1	<i>Солянка Домашняя с укропом</i>	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	40-00
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 запечённая со сметанным соусом.</i>	ккал-168, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-6	85-00
75	<i>Филе куриное запеченное под сырным соусом</i>	ккал-111, Белки-19, Жиры-3, Углеводы-1	80-00
55	<i>Сосиска отварная.</i>	ккал-143, Белки-6, Жиры-13	30-00
90	<i>Тефтели из говядины с соусом сметанно-томатным</i>	ккал-128, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-9	50-00
90	<i>Котлеты рубленые из цыплят с соусом томатным</i>	ккал-129, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-10	50-00
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-127, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-22	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 тушёная 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 запеченный</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
100/20	<i>Блины с повидлом</i>	ккал-280, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-51	30-00
100/10	<i>Блины со сгущенным молоком</i>	ккал-260, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-43	30-00
100/10	<i>Блины со сливочным маслом</i>	ккал-294, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-38	30-00
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-72, Углеводы-18	15-00
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 Брюнчуккина Е.Н.