



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 175 г.о. Самара с/п 2 и старше

Меню дневного рациона на 21.01.2023

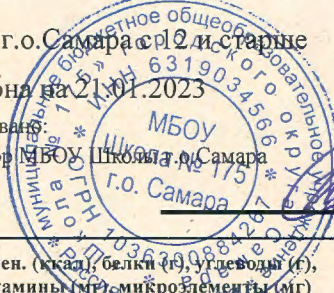
Утверждаю:

Генеральный директор ООО

Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 175 г.о. Самара

Т.Н. Авреськина



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

Завтрак

55	Сосиска отварная	ккал-143, Белки-6, Жиры-13	
180	Каша гречневая вязкая с маслом.	ккал-174, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-25	
200	Кофейный напиток с молоком.	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
90	Апельсин (нарезка)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
555	Итого за Завтрак	ккал-572, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-70	75-00

Обед

10/250/	Суп картофельный с пшеном, отварной рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
110	Колобки из цыплят "Школьные".	ккал-119, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-10	
180	Пюре гороховое..	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
841	Итого за Обед	ккал-890, Белки-43, Жиры-16, Углеводы-145	96-00

Полдник

150	Гребешок "Школьный"	ккал-536, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-91	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник	ккал-581, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-102	45-00

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 29.01.2023

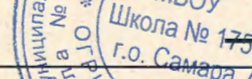
Утверждаю:

Генеральный директор



Согласовано

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	анализ (ккал), белки (г), Углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

55	Сосиска отварная	ккал-143, Белки-6, Жиры-13	
180	Каша гречневая вязкая с маслом.	ккал-174, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-25	
200	Кофейный напиток с молоком.	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
90	Апельсин (нарезка)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
555	Итого за Завтрак	ккал-572, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-70	75-00

Обед

10/250/1	Суп картофельный с пшеном, отварной рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
110	Колобки из цыплят "Школьные".	ккал-119, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-10	
180	Пюре гороховое..	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
841	Итого за Обед	ккал-890, Белки-43, Жиры-16, Углеводы-145	96-00

Полдник

150	Гребешок "Школьный"	ккал-536, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-91	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
361	Итого за Полдник	ккал-581, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-102	45-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.