



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 10.09.2022

Утверждаю:

Согласовано:

Генеральный директор ООО ЭКПП Самары Т.И.Аврискина

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
15	Сыр порционный.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
250/5	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	ккал-347, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-54	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
511	Итого за Завтрак	ккал-550, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-80	75-00
Обед			
12,5/25	Суп картофельный с рыбными консервами и зеленью укропа	ккал-141, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	
250	Голубцы Ленивые из мяса птицы с соусом сметанным с томатом	ккал-191, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-14	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
803,5	Итого за Обед	ккал-622, Белки-32, Жиры-13, Углеводы-95	95-00
Полдник			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
300	Итого за Полдник	ккал-473, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-70	40-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Шапкина Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о.Самара

Меню дневного рациона на 12.09.2022



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



Т.Н. Лаврентьева

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Смирнов

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Сардельки отварные	ккал-82, Белки-5, Жиры-7	
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	
30	Хлеб пшеничный	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
501	Итого за Завтрак	ккал-565, Белки-17, Жиры-23, Углеводы-66	75-00
<u>Обед</u>			
250/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-98, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9	
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	Итого за Обед	ккал-770, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-119	95-00
<u>Полдник</u>			
100	Пирог "Школьный"	ккал-481, Белки-4, Жиры-19, Углеводы-72	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник	ккал-525, Белки-5, Жиры-19, Углеводы-84	40-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 65 г.о.Самара

Дневной рацион на 13.09.2022

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" *Аврискина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара *Самуэль*



Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен, (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
105	Омлет натуральный с маслом	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
150/15/5	Макаронные изделия отварные с сыром.	ккал-254, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-35	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-106, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
524,5	Итого за Завтрак	ккал-606, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-63	75-00
Обед			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью укропа	ккал-144, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	
100	Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом	ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
170	Картофельное пюре с маслом сливочным и с томатом свежим порционно.	ккал-137, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-16	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
811	Итого за Обед	ккал-696, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-103	95-00
Полдник			
100/20	Оладьи со сгущенным молоком	ккал-330, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-52	
200	Напиток из плодов вишни	ккал-73, Углеводы-17	
320	Итого за Полдник	ккал-403, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-69	40-00

Зав. производством

Самуэль Машрова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Самуэль Шапкова Т.Ф.