

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 10.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Авригина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным	ккал-200, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10	
180	Рис отварной с маслом и кукурузой консервированной.	ккал-205, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
551	Итого за Завтрак	ккал-631, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-92	85-00
<u>Обед</u>			
10/250/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
105	Сосиска отварная с томатным соусом.	ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5	
180	Капуста тушёная белокочанная	ккал-137, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-16	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
836	Итого за Обед	ккал-751, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-110	110-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шамова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 09.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н. Зврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
80	<i>Филе индейки тушёное с овощами</i>	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2	
150	<i>Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным</i>	ккал-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14	
200/11/3 ,5	<i>Чай с лимоном и сахаром.</i>	ккал-46, Углеводы-11	
50	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
494,5	Итого за Завтрак	ккал-410, Белки-21, Жиры-11, Углеводы-57	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шелест Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 09.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврикина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
80	<i>Филе индейки тушёное с овощами</i>	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2	
150	<i>Картофельное пюре на отваре со сливочным маслом</i>	ккал-102, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-14	
200/11	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
50	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
491	Итого за Завтрак	ккал-405, Белки-21, Жиры-10, Углеводы-57	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шамова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

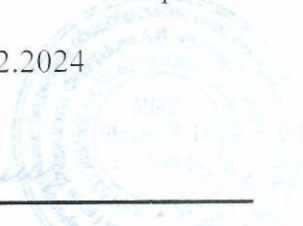
Меню дневного рациона на 09.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" 
Т.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара 



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

Обед

12,5/25	Рассольник Ленинградский с 0/1 цыплятами и укропом.	ккал-166, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-20	
50	Шницель из птицы (без хлеба и сухарей)	ккал-107, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-4	
150	Пюре гороховое.	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Компот из изюма..	ккал-94, Углеводы-23	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
672,5	Итого за Обед	ккал-639, Белки-32, Жиры-18, Углеводы-87	105-00

Зав. производством



Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор



Шаикова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 09.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Абрискينا

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом	ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
554,5	Итого за Завтрак	ккал-522, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-78	85-00
<u>Обед</u>			
12,5/25 0/10/1	Рассольник Ленинградский с цыплятами, сметаной и укропом.	ккал-182, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-21	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
180	Пюре гороховое.	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
200	Компот из изюма..	ккал-94, Углеводы-23	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
833,5	Итого за Обед	ккал-964, Белки-49, Жиры-25, Углеводы-135	110-00
<u>Полдник СВО</u>			
90/10	Оладьи со сгущенным молоком.	ккал-258, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-39	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Апельсин (нарезка)	ккал-19, Углеводы-4	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-322, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	54-13

Зав. производством

Макарова Е Е

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т Ф



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 09.02.2024

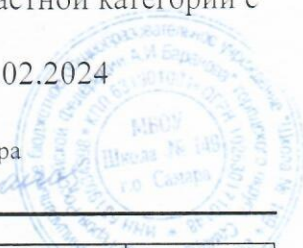
Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом	ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
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	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
514,5	Итого за Завтрак	ккал-465, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-68	80-00
<u>Обед</u>			
12,5/25 0/10/1	Рассольник Ленинградский с цыплятами, сметаной и укропом.	ккал-182, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-21	
100	"Гнездышки" куриные с соусом томатным	ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7	
150	Пюре гороховое.	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Компот из изюма..	ккал-94, Углеводы-23	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
803,5	Итого за Обед	ккал-908, Белки-45, Жиры-24, Углеводы-128	105-00
<u>Полдник</u>			
90/10	Оладьи со сгущенным молоком.	ккал-258, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-39	
200	Напиток из апельсина.	ккал-67, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-325, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-56	45-00
<u>Полдник СВО</u>			
90/10	Оладьи со сгущенным молоком.	ккал-258, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-39	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-303, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-50	35-86

Зав. производством

Е.Е. Макарова

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Т.Ф. Шацкова

Шацкова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 08.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврицына

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
80	<i>Филе куриное тушёное (без томата)</i>	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2	
150	<i>Каши гречневая вязкая с маслом растительным.</i>	ккал-150, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21	
200/11	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
471	Итого за Завтрак	ккал-392, Белки-21, Жиры-11, Углеводы-52	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 08.02.2024

Утверждено:

Согласовано:

Генеральный директор ООО "КШП"

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Авришкина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5	<i>Масло порционно.</i>	ккал-33, Жиры-4	
80	<i>Филе куриное тушёное (без томата)</i>	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2	
150	<i>Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.</i>	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200/11	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
476	Итого за Завтрак	ккал-415, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-52	<i>800,000</i>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер

Калмыкова

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 08.02.2024

Утверждает:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
250/1	<i>Борщ с капустой и картофелем с укропом.</i>	ккал-104, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	
250	<i>Жаркое по-домашнему с мясом и зеленым горошком.</i>	ккал-390, Белки-9, Жиры-29, Углеводы-24	
200	<i>Напиток из плодов шиповника.</i>	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
9	<i>Хлебцы без глютена в ассортименте</i>	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
710	Итого за Обед	ккал-628, Белки-12, Жиры-34, Углеводы-68	<i>165,00</i>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
12 лет и старше

Меню дневного рациона на 08.02.2024

Утвердил:

Генеральный директор ООО "КШП" Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
85	Сосиска отварная с соусом	ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2	
180	Каши гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
556	Итого за Завтрак	ккал-629, Белки-21, Жиры-30, Углеводы-68	85-00
<u>Обед</u>			
250/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	
280	Жаркое по-домашнему с мясом и зеленым горошком	ккал-417, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-27	
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	
831	Итого за Обед	ккал-872, Белки-19, Жиры-38, Углеводы-113	110-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Груша свежая (нарезка)	ккал-23, Углеводы-5	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-425, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-77	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шанкова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 08.02.2024

Утверждено:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
85	Сосиска отварная с соусом	ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
501	Итого за Завтрак	ккал-523, Белки-17, Жиры-28, Углеводы-52	84-00
<u>Обед</u>			
250/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-22	
250	Жаркое по-домашнему с мясом и зеленым горошком.	ккал-390, Белки-9, Жиры-29, Углеводы-42	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-39	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-845, Белки-19, Жиры-37, Углеводы-109	105-00
<u>Полдник</u>			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
300	Итого за Полдник	ккал-430, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-78	45-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шапкина Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 07.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврикина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Биточки "Школьные"	ккал-116, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-6	
180	Макароны отварные с растительным маслом и икрой кабачковой	ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
460	Итого за Завтрак	ккал-483, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-70	89,269

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Итого

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 07.02.2024

Утверждено:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврякина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	<i>Биточки "Школьные" с соусом томатным</i>	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
170	<i>Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой.</i>	ккал-213, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-34	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
500	Итого за Завтрак	ккал-494, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	872,000

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Директор

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 07.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
25/250/ 1	Суп картофельный с горохом и цыпленком и зеленью	ккал-218, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-21	
100	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
150	Рис отварной с маслом	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
735	Итого за Обед	ккал-660, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-86	105,00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Директор

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
12 лет и старше

Меню дневного рациона на 07.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н. Авришкина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
180	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой	ккал-221, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
60	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-27, Углеводы-6	
580	Итого за Завтрак	ккал-559, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-85	85-00
<u>Обед</u>			
25/250/1	Суп картофельный с горохом и цыпленком и зеленью	ккал-218, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-21	
100	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
180	Рис отварной с маслом.	ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
846	Итого за Обед	ккал-886, Белки-35, Жиры-26, Углеводы-127	110-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Апельсин (нарезка)	ккал-19, Углеводы-4	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-355, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-76	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шальова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 07.02.2024

Утверждено:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
170	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой.	ккал-213, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-34	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
60	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-27, Углеводы-6	
560	Итого за Завтрак	ккал-521, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-78	89-00
<u>Обед</u>			
25/250/1	Суп картофельный с горохом и цыпленком и зеленью	ккал-218, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-21	
100	Рыба тушёная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
150	Рис отварной с маслом	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
816	Итого за Обед	ккал-874, Белки-34, Жиры-25, Углеводы-129	105-00
<u>Полдник</u>			
100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200	Компот из изюма..	ккал-94, Углеводы-23	
300	Итого за Полдник	ккал-386, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-84	45-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	Крендель Сахарный.	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
КСТАРА.СФП

Иванова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 06.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврикина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	"Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом	ккал-158, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-11	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
521	Итого за Завтрак	ккал-461, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-64	80,00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Итого за Завтрак

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 06.02.2024

Утверждено:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
75	"Колбаски" куриные	ккал-122, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом растительным.	ккал-150, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
466	Итого за Завтрак	ккал-408, Белки-19, Жиры-10, Углеводы-60	89,600

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Директор

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 06.02.2024

Утверждено:

Генеральный директор ООО КШП

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н. Аврикина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
250/1	<i>Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью.</i>	ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	
70	<i>Котлеты из говядины с соусом (без хлеба, с рисовой мукой)</i>	ккал-91, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-2	
150	<i>Картофельное пюре с маслом</i>	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200	<i>Напиток клюквенный Школьный</i>	ккал-62, Углеводы-15	
9	<i>Хлебцы без глютена в ассортименте</i>	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
680	Итого за Обед	ккал-401, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-52	<i>105,00</i>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Школа № 149

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
12 лет и старше

Меню дневного рациона на 06.02.2024

Утверждено:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврикшина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	"Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом	ккал-158, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-11	
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-636, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-89	85-00
<u>Обед</u>			
250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3	
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-800, Белки-21, Жиры-35, Углеводы-100	110-00
<u>Полдник СВО</u>			
95	Сырники из творога с повидлом	ккал-243, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-22	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-22, Углеводы-5	
356	Итого за Полдник СВО	ккал-310, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-38	54-13

За производство

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шапкина Г.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 06.02.2024

Утверждено:
Генеральный директор ООО "КШП"
_____ Т.Н.Аврискина

Согласовано:
Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	"Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом	ккал-158, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-11	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, 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-550, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-74	80-00
<u>Обед</u>			
250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3	
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-773, Белки-21, Жиры-34, Углеводы-96	105-00
<u>Полдник</u>			
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
<u>Полдник СВО</u>			
95	Сырники из творога с повидлом	ккал-243, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-22	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
306	Итого за Полдник СВО	ккал-288, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-33	35-86

Зав. производством _____

Макарова Е.Е. _____

Бухгалтер -
калькулятор _____

Шанкова Т.Ф. _____

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 05.02.2024

Утверждено:

Генеральный директор ООО "КШП"

Г.И.Аврякина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
206	Каша вязкая жидкая с яблоками на воде с маслом растительным	ккал-222, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-33	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
45	Хлеб пшеничный.	ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
462	Итого за Завтрак	ккал-403, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-71	80,00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Итого за Завтрак

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 05.02.2024

Утверждено:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.И.Авракина

Выход (г)	Наименование б.пола	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
20	Сыр порционный.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
200/8	Каша вязкая жидкая с яблоками на воде	ккал-215, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-33	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
45	Хлеб пшеничный.	ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
484	Итого за Завтрак	ккал-464, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-71	80,00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
кадровый

Школьная

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 05.02.2024

Утверждено:

Генеральный директор ООО "КШП"

Г.Н.Аврикшина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
250/1	Суп картофельный с укропом	ккал-109, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-20	
250	Шов из птицы с огурцом консервированным	ккал-386, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50	
200	Компот из кураги.	ккал-105, Белки-1, Углеводы-25	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
710	Итого за Обед	ккал-635, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-102	105,00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Ш.С.С.С.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 05.02.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
30	Сыр порционно	ккал-103, Белки-8, Жиры-8	
250	Каша Ячменная с яблоками.	ккал-336, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-46	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
551	Итого за Завтрак	ккал-666, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-93	85-00
<u>Обед</u>			
250.1	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
280	Шницель из птицы с огурцом консервированным.	ккал-438, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-57	
200	Компот из кураги.	ккал-105, Белки-1, Углеводы-25	
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-936, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-155	110-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
50	Апельсин (нарезка)	ккал-19, Углеводы-4	
361	Итого за Полдник СВО	ккал-422, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-75	54-13

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шаньова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 149 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 05.02.2024

Утверждено:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Давыкина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
15	Сыр порционный.	ккал-52. Белки-4, Жиры-4	
230	Каша Ячменная с яблоками	ккал-307. Белки-8. Жиры-12. Углеводы-42	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45. Углеводы-11	
45	Хлеб пшеничный.	ккал-136. Белки-4, Жиры-1. Углеводы-27	
501	Итого за Завтрак	ккал-539. Белки-16. Жиры-17. Углеводы-80	80-00
<u>Обед</u>			
250/1	Суп картофельный с клецками и зеленым горошком	ккал-144. Белки-4, Жиры-4. Углеводы-23	
250	Икра из печени с огурцом консервированным	ккал-386. Белки-14, Жиры-14. Углеводы-50	
200	Котлет из курицы.	ккал-105. Белки-1. Углеводы-25	
200	Хлеб пшеничный	ккал-181. Белки-6. Жиры-2. Углеводы-36	
20	Хлеб ржаной.	ккал-67. Белки-2. Углеводы-14	
720	Итого за Обед	ккал-884. Белки-27. Жиры-21. Углеводы-148	105-00
<u>Полдник</u>			
200	Круассан с конфитуром	ккал-288. Белки-5. Жиры-14. Углеводы-36	
200/11/3	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46. Углеводы-11	
5			
304,5	Итого за Полдник	ккал-334. Белки-5. Жиры-14. Углеводы-47	45-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	Плюшка "Московская"	ккал-358. Белки-7. Жиры-10. Углеводы-60	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45. Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-403. Белки-7. Жиры-10. Углеводы-71	55-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.