



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет  
Меню дневного рациона на 07.11.2023

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Цена	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>				
55	Маффины	ккал-268, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-35		
230	Каша Янтарная 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		
541	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-756, Белки-15, Жиры-26, Углеводы-115	<b>48-72</b>	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>				
250/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23		
250	Плов из 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-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36		
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14		
791	<b>Итого за Обед</b>	ккал-846, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-139	<b>42-30</b>	<b>96-00</b>
<b><u>Витаминизация</u></b>				
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33		
200	<b>Итого за Витаминизация</b>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	<b>5-95</b>	<b>18-01</b>

Генеральный директор

Аврискина Т.Н.

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.





ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара для возрастной категории с 7

до 9 лет

Меню дневного рациона на 08.11.2023

Утверждаю:

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
100	"Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом	ккал-129, Белки-9, Жиры-5, 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	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-521, Белки-21, Жиры-15, Углеводы-74	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	
100	Мясо тушёное.	ккал-309, Белки-6, Жиры-30, Углеводы-2	
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	<b>Итого за Обед</b>	ккал-843, Белки-19, Жиры-42, Углеводы-98	<b>96-00</b>
<b><u>Витаминизация</u></b>			
200	Морс вишневый Школьный	ккал-66, Углеводы-16	
200	<b>Итого за Витаминизация</b>	ккал-66, Углеводы-16	<b>18-01</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.





ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара для возрастной категории с 7

до 11 лет

Д. Меню дневного рациона на 09.11.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
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	
500	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-494, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
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	
791	<b>Итого за Обед</b>	ккал-787, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-125	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



## ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара для возрастной категории с  
12 лет и старше  
Меню дневного рациона на 10.11.2023

Утверждаю:

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)
<b>Завтрак</b>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
105	Сосиска отварная с томатным соусом..	ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5	
200	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
556	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-558, Белки-15, Жиры-28, Углеводы-62	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/1	Борщ с капустой и картофелем с укропом.	ккал-104, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	
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	
821	<b>Итого за Обед</b>	ккал-869, Белки-19, Жиры-37, Углеводы-114	<b>96-00</b>
<b>Обед №2</b>			
250	Суп молочный с макаронными изделиями	ккал-156, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21	
100	Филе куриное тушеное с томатным соусом.	ккал-192, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3	
180	Каша пшеничная с маслом.	ккал-276, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-46	
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	
820	<b>Итого за Обед №2</b>	ккал-934, Белки-34, Жиры-29, Углеводы-134	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Щацкова Т.Ф.





ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 11.11.2023

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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

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	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-522, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-78	<b>75-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.