

ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 01.03.2022



Утверждено
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
г.о.Самара
Т.И. Аврискина
Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

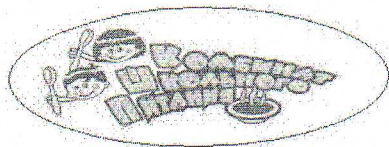
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/25/ 5	Макаронные изделия отварные с сыром...	ккал-345, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-47	
200	Напиток кофейный с молоком	ккал-146, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-632, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-88	75-00
<u>Обед</u>			
15	Зелёный горошек порционно.	ккал-6, Углеводы-1	
250/1	Рассольник Ленинградский с зеленью укропа	ккал-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
100	Рыба, тушенная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, 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-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
806	Итого за Обед	ккал-688, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-103	95-00
	Итого за день	ккал-1 320, Белки-49, Жиры-40, Углеводы-191	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 02.03.2022



Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
г.о.Самара
Т.Н. Аврискина
Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

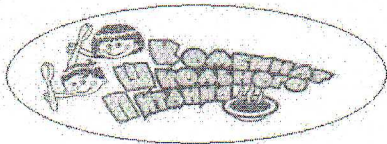
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
70	<i>Зразы Ленивые из говядины с яйцом</i>	ккал-128, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-6	
150	<i>Рис отварной с маслом</i>	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
50	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-22, Углеводы-5	
500	Итого за Завтрак	ккал-471, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-73	75-00
<u>Обед</u>			
15	<i>Огурец консервированный порционно</i>	ккал-2	
250/1	<i>Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа</i>	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
70	<i>Гуляш из отварной говядины.</i>	ккал-120, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-2	
150	<i>Пюре гороховое.</i>	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-92, Углеводы-23	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
776	Итого за Обед	ккал-812, Белки-37, Жиры-19, Углеводы-124	95-00
	Итого за день	ккал-1 283, Белки-50, Жиры-33, Углеводы-197	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 03.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
г.о.Самара
Т.И. Аврискина

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

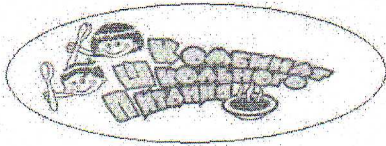
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
150/20	Лепешки с творогом со сгущенным молоком	ккал-322, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-44	
200/3	Чай с лимоном и сахаром	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
100	Апельсин (нарезка)	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
513	Итого за Завтрак	ккал-566, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-83	75-00
<u>Обед</u>			
15	Кукуруза консервированная порционно.	ккал-9, Углеводы-2	
250	Суп молочный с гречневой крупой.	ккал-200, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-25	
90	Колобки из мяса цыплят "Школьные"	ккал-130, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Картофель отварной.	ккал-100, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
200	Напиток из плодов шиповника	ккал-124, Белки-1, Углеводы-30	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
795	Итого за Обед	ккал-781, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-129	95-00
Итого за день		ккал-1 347, Белки-44, Жиры-36, Углеводы-212	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 04.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

З.Н. Аврискина
Согласовано: Школа № 166
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

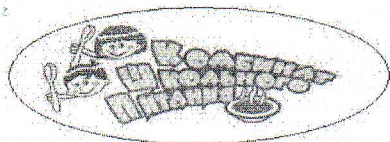
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
110	Биточки из говядины с томатным соусом.	ккал-162, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-12	
150	Каша перловая рассыпчатая.	ккал-214, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-38	
200	Чай с молоком	ккал-90, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-612, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-83	75-00
<u>Обед</u>			
15	Огурец консервированный порционно	ккал-2	
250/50	Суп картофельный с пельменями мясными	ккал-152, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-24	
50	Сосиски отварные.	ккал-100, Белки-5, Жиры-9	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-199, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34	
200	Кисель из черной смородины (фруктово-ягодный)	ккал-115, Углеводы-28	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
805	Итого за Обед	ккал-787, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-130	95-00
	Итого за день	ккал-1 399, Белки-42, Жиры-42, Углеводы-213	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 05.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина
Согласовано:
Директор МБОУ Школа № 166
г.о.Самара

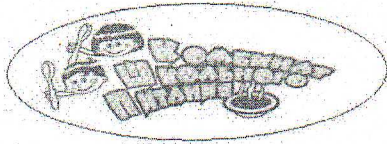
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
160	Омлет с зелёным горошком	ккал-234, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-10	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
500	Итого за Завтрак	ккал-430, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-45	75-00
<u>Обед</u>			
50	Салат из свеклы отварной.	ккал-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
250/1	Суп картофельный с пшеном и зеленью укропа	ккал-110, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-20	
80	Котлеты Сочные из филе куриного с соусом	ккал-98, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	
150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	ккал-240, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-39	
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	
821	Итого за Обед	ккал-774, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-128	95-00
Итого за день		ккал-1 205, Белки-44, Жиры-37, Углеводы-173	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 09.03.2022


Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара




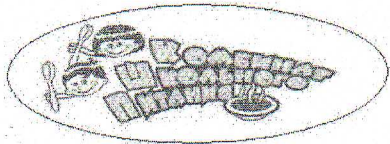
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
20	Сыр порционнo.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
40	Ветчина порционнo.	ккал-111, Белки-9, Жиры-8	
200/10	Каша геркулесовая вязкая с маслом сливочным	ккал-303, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-38	
200	Чай с сахаром	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-623, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-68	75-00
<u>Обед</u>			
20	Икра кабачковая порционнo.	ккал-24, Жиры-2, Углеводы-2	
250/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью укропа	ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
90	Котлеты рубленые из цыплят со сметанно - томатным соусом.	ккал-118, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-10	
150	Рис отварной с маслом	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	Напиток из свежей ягоды	ккал-87, Углеводы-21	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
806	Итого за Обед	ккал-748, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-122	95-00
Итого за день		ккал-1 371, Белки-45, Жиры-48, Углеводы-191	170-00

Зав. производством

 Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

 Шапцова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 10.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Г.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>			
150/20	<i>Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком</i>	ккал-406, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-47	
200	<i>Чай с сахаром</i>	ккал-61, Углеводы-15	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
100	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-44, Углеводы-10	
500	Итого за Завтрак	ккал-590, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-87	75-00
<u>Обед</u>			
20	<i>Кукуруза консервированная порционно.</i>	ккал-11, Углеводы-2	
250/5/1	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа</i>	ккал-93, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
90	<i>Хлебцы рыбные с соусом сметанным с томатом</i>	ккал-125, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-6	
150	<i>Пюре гороховое.</i>	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
200	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	ккал-124, Белки-1, Углеводы-30	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
806	Итого за Обед	ккал-808, Белки-38, Жиры-18, Углеводы-126	95-00
	Итого за день	ккал-1 398, Белки-59, Жиры-35, Углеводы-213	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 11.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор, ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:

Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

Т.Н. Аврискина

МБОУ Школа № 166
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	
105	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.	ккал-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-12	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
525	Итого за Завтрак	ккал-532, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-73	75-00
<u>Обед</u>			
20	Икра кабачковая порционно.	ккал-24, Жиры-2, Углеводы-2	
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью укропа	ккал-144, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	
155	Пельмени мясные отварные со сливочным маслом	ккал-307, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-31	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
716	Итого за Обед	ккал-817, Белки-29, Жиры-18, Углеводы-128	95-00
	Итого за день	ккал-1 348, Белки-48, Жиры-36, Углеводы-201	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 14.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

Т.Н. Аврискина

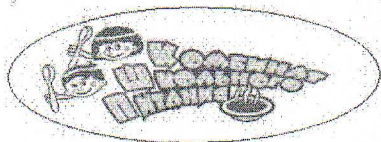
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/10	Каша кукурузная вязкая молочная с маслом	ккал-292, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-42	
200	Напиток шоколадный Nesquik	ккал-93, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-594, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-74	75-00
<u>Обед</u>			
30	Икра морковная	ккал-26, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
12,5/25 0/10/1	Щи из свежей капусты с картофелем, цыплятами, сметаной и укропом	ккал-109, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-10	
90	Колобки из мяса цыплят "Школьные"	ккал-130, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Каша пшённая	ккал-230, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-38	
200	Напиток из плодов шиповника	ккал-124, Белки-1, Углеводы-30	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
833,5	Итого за Обед	ккал-837, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-132	95-00
Итого за день		ккал-1 432, Белки-48, Жиры-46, Углеводы-207	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 15.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара



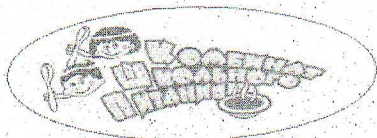
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
20	Огурцы свежие.	ккал-2	
250	Плов с цыпятами.	ккал-431, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-53	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-551, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-79	75-00
<u>Обед</u>			
20	Кабачковая икра.	ккал-24, Жиры-2, Углеводы-2	
250/1	Суп картофельный с вермишелью и зеленью укропа	ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23	
90	Рыба, тушённая по-самарски.	ккал-118, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-2	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
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-740, Белки-27, Жиры-17, Углеводы-121	95-00
Итого за день		ккал-1 291, Белки-50, Жиры-33, Углеводы-199	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 16.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

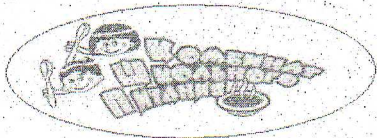


Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
110	Биточки из говядины с томатным соусом.	ккал-173, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-11	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Чай с сахаром	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-565, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-74	75-00
<u>Обед</u>			
15	Помидор свежий порционно	ккал-3, Углеводы-1	
250/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-98, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9	
100	Филе куриное тушеное с томатным соусом	ккал-103, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-4	
150	Каша пшеничная с маслом сливочным	ккал-230, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-38	
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	
816	Итого за Обед	ккал-715, Белки-30, Жиры-17, Углеводы-110	95-00
	Итого за день	ккал-1 280, Белки-47, Жиры-39, Углеводы-185	170-00

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 17.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

Т.И.Аврискина

МБОУ
Школа № 166
г.о. Самара

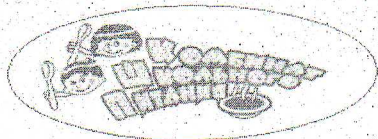
Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
50	Сосиски отварные.	ккал-100, Белки-5, Жиры-9	
200/10	Каша пшеничная молочная с маслом	ккал-318, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-44	
200	Напиток шоколадный Nesquik	ккал-93, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-656, Белки-18, Жиры-31, Углеводы-76	75-00
<u>Обед</u>			
20	Огурцы свежие.	ккал-2	
12,5/25	Суп картофельный с рыбными консервами и зеленью укропа	ккал-141, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	
80	Котлеты рубленые из цыплят с маслом сливочным	ккал-202, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-11	
150	Пюре гороховое.	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
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-924, Белки-37, Жиры-25, Углеводы-138	95-00
Итого за день		ккал-1 580, Белки-55, Жиры-56, Углеводы-214	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 18.03.2022

Утверждаю
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврикина

Согласовано
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

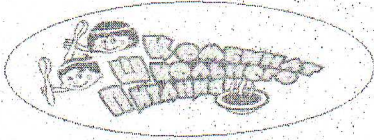
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150/30	Запеканка из творога с рисом и повидлом	ккал-405, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-48	
200	Чай с сахаром	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
50	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-22, Углеводы-5	
500	Итого за Завтрак	ккал-630, Белки-29, Жиры-20, Углеводы-84	75-00
<u>Обед</u>			
15	Зелёный горошек порционно.	ккал-6, Углеводы-1	
250/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа	ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
80	Шницель из говядины с томатным соусом.	ккал-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
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	
791	Итого за Обед	ккал-651, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-103	95-00
Итого за день		ккал-1 281, Белки-51, Жиры-37, Углеводы-187	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 21.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

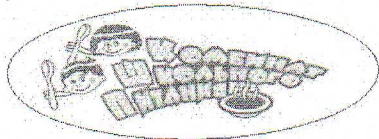
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
200/10	Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом	ккал-259, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-33	
200	Чай с молоком	ккал-90, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
55	Маффины	ккал-268, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-35	
505	Итого за Завтрак	ккал-762, Белки-13, Жиры-34, Углеводы-101	75-00
<u>Обед</u>			
30	Икра кабачковая	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
250/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-98, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9	
80	Котлеты Сочные из филе куриного с соусом	ккал-98, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Напиток из свежей ягоды	ккал-87, Углеводы-21	
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-725, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-115	95-00
Итого за день		ккал-1 487, Белки-36, Жиры-53, Углеводы-216	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 22.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара



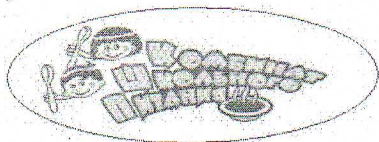
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
100	Филе куриное тушеное с томатным соусом	ккал-103, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-4	
150	Каша перловая рассыпчатая.	ккал-198, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-35	
200/5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-493, Белки-26, Жиры-12, Углеводы-70	75-00
<u>Обед</u>			
15	Огурец свежий порционно.	ккал-2	
250/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
50	Сардельки отварные	ккал-82, Белки-5, Жиры-7	
150	Рагу из овощей	ккал-137, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-15	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-92, Углеводы-23	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
756	Итого за Обед	ккал-675, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-104	95-00
Итого за день		ккал-1 168, Белки-45, Жиры-33, Углеводы-174	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 23.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

Т.Е.Аврискина

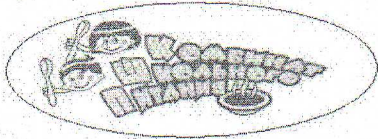
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
20	Огурцы свежие.	ккал-2	
250	Плов с цыпятами.	ккал-431, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-53	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-635, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-100	75-00
<u>Обед</u>			
30	Зелёный горошек порционно.	ккал-12, Белки-1, Углеводы-2	
250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	
80	Биточки из говядины с томатным соусом..	ккал-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
150	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-199, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34	
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	
801	Итого за Обед	ккал-713, Белки-22, Жиры-18, Углеводы-115	95-00
Итого за день		ккал-1 348, Белки-45, Жиры-35, Углеводы-215	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 24.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

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>			
20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/10	Каша кукурузная вязкая молочная с маслом	ккал-292, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-42	
200	Какао напиток с молоком	ккал-154, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-656, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-83	75-00
<u>Обед</u>			
15	Помидор свежий порционно	ккал-3, Углеводы-1	
250/1	Суп картофельный с вермишелью и зеленью укропа	ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23	
85	Котлеты рыбные Любительские."	ккал-110, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-5	
150	Пюре гороховое.	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-103, Углеводы-26	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
791	Итого за Обед	ккал-794, Белки-34, Жиры-15, Углеводы-130	95-00
Итого за день		ккал-1 449, Белки-57, Жиры-41, Углеводы-213	170-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 25.03.2022

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
г.о.Самара
Т.А.Аврискина

Согласовано:
Директор МБОУ Школы
№ 166
г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	<i>Шницель из говядины с томатным соусом.</i>	ккал-151, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-11	
180	<i>Рис отварной..</i>	ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35	
200	<i>Чай с сахаром</i>	ккал-61, Углеводы-15	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-505, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-76	75-00
<u>Обед</u>			
10/250/	<i>Суп картофельный с пшеном,отварной рыбой с укропом..</i>	ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20	
1			
75	<i>Котлеты рубленые из цыплят</i>	ккал-128, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-10	
150	<i>Картофельное пюре с маслом</i>	ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-92, Углеводы-23	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
776	Итого за Обед	ккал-702, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-117	95-00
	Итого за день	ккал-1 207, Белки-39, Жиры-31, Углеводы-193	170-00

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор  Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара

Меню дневного рациона
на 04.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат

Школьного Питания "Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы
г.о.Самара



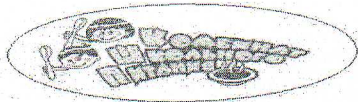
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
15	<i>Ветчина порционно .</i>	ккал-42, Белки-3, Жиры-3	
200/10	<i>Каша геркулесовая вязкая с маслом сливочным</i>	ккал-303, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-38	
200/11	<i>Чай с молоком</i>	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
55	<i>Маффины</i>	ккал-268, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-35	
521	Итого за Завтрак	ккал-766, Белки-19, Жиры-32, Углеводы-101	75-00
Обед			
250/1	<i>Борщ с капустой и картофелем с зеленью укропа</i>	ккал-104, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	
110	<i>Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.</i>	ккал-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-11	
150	<i>Рис отварной с маслом</i>	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	<i>Напиток из чёрной смородины</i>	ккал-68, Углеводы-17	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-724, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-120	95-00
Витаминизация 1 - 4 классы			
200	<i>Сок фруктовый (200 мл)</i>	ккал-68, Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-68, Углеводы-16	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 05.04.2022

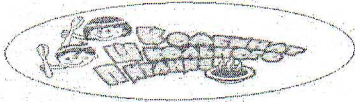
Генеральный директор ООО "Комбинат
Школьного Питания" Промышленного района
г.о.Самара
Е.Н. Аврискина

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	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
100	Сарделька отварная с соусом.	ккал-135, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-5	
180	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	ккал-239, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-41	
200	Кофейный напиток с молоком	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
520	Итого за Завтрак	ккал-616, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-82	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
110	Колобки из мяса цыплят "Школьные!"	ккал-119, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-10	
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-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-677, Белки-24, Жиры-15, Углеводы-112	95-00
<u>Витаминация 1 - 4 классы</u>			
200	Морс из чёрной смородины "Школьный"	ккал-65, Углеводы-16	
200	Итого за Витаминация 1 - 4 классы	ккал-65, Углеводы-16	16-55

Зав. производством _____ Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор _____ Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждает
 МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
 Меню дневного рациона
 на 06.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат
 Школьного питания" Промышленного района
 г.о.Самара
 Е.Н.Адрикина

Согласовано:
 Директор МБОУ Школы
 г.о.Самара



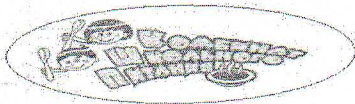
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоймость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/10	Каша пшеничная молочная с маслом	ккал-318, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-44	
200/11/ 3,5	Чай с лимоном и сахаром	ккал-46, Углеводы-11	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
504,5	Итого за Завтрак	ккал-539, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-71	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью укропа	ккал-144, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	
110	Тефтели, тушеные со сметанно-томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Компот из смеси 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	
801	Итого за Обед	ккал-767, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-114	95-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
100	Апельсин (нарезка)	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
100	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара

Меню дневного рациона
на 07.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат
Школьного Питания" Промышленного района
г.о.Самара
Т.Н. Авришкина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы
г.о.Самара



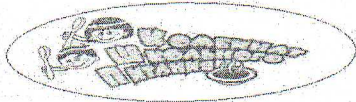
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Морковь , припущенная с сахаром.	ккал-55, Белки-1, Углеводы-12	
150/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-605, Белки-23, Жиры-12, Углеводы-102	75-00
Обед			
250/1	Рассольник Ленинградский с зеленью укропа	ккал-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20	
90	Хлебцы рыбные с соусом сметанным с томатом	ккал-125, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-6	
180	Пюре гороховое..	ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40	
200	Напиток из апельсинов	ккал-67, Углеводы-17	
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-838, Белки-40, Жиры-19, Углеводы-127	95-00
Витаминизация 1 - 4 классы			
200	Морс клюквенный Школьный"	ккал-62, Углеводы-15	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-62, Углеводы-15	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара

Меню дневного рациона
на 08.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат

Школьного Питания Промышленного района

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	
80	Фрикадельки из говядины с томатным соусом.	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-515, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-70	75-00
<u>Обед</u>			
250/10/1	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью укропа.	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
230/20	Плов из филе птицы со свежим огурцом	ккал-387, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50	
200	Напиток из плодов шиповника	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
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-812, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-127	95-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
100	Апельсин (нарезка)	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
100	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара

Меню дневного рациона
на 11.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат

Школьного питания" Промышленного района

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>			
20	<i>Сыр порционно.</i>	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
40	<i>Яйцо вареное</i>	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/10	<i>Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом</i>	ккал-259, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-33	
200/11	<i>Чай с молоком</i>	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
511	Итого за Завтрак	ккал-544, Белки-20, Жиры-24, Углеводы-63	75-00
<u>Обед</u>			
250/10/1	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа</i>	ккал-98, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9	
100	<i>Филе куриное тушеное с томатным соусом</i>	ккал-114, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-3	
150	<i>Каша гречневая вязкая с маслом сливочным</i>	ккал-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200	<i>Кисель</i>	ккал-124, Углеводы-31	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-701, Белки-29, Жиры-17, Углеводы-107	95-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
200	<i>Сок в ассортименте</i>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 12.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат
Школьного Питания" Промышленного района
г.о.Самара
Т.И.Аврискина

Согласовано
Директор МБОУ Школа № 166
г.о.Самара



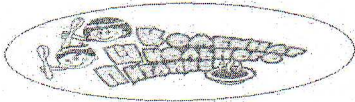
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г); витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Котлеты Сочные из филе куриного с томатным соусом	ккал-106, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-5	
180	Рис отварной с маслом.	ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
510	Итого за Завтрак	ккал-439, Белки-16, Жиры-13, Углеводы-65	75-00
Обед			
250/1	Суп картофельный с вермишелью и зеленью укропа	ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23	
100	Рыба, тушеная в томате с овощами	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
150/10	Картофельное пюре с маслом сливочным и с зелёным горошком	ккал-137, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Компот из смеси 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	
801	Итого за Обед	ккал-683, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-108	95-00
Витаминизация 1 - 4 классы			
100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
100	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-44, Углеводы-10	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 13.04.2022

Для
ограниченной ответственности
школьного питания
Документов
Генеральный директор ООО "Комбинат
Школьного Питания" Промышленного района
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	<i>Ветчина порционно</i>	ккал-84, Белки-7, Жиры-6	
200/25/5	<i>Макаронные изделия отварные с сыром...</i>	ккал-345, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-47	
200/11	<i>Чай с сахаром</i>	ккал-45, Углеводы-11	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
501	Итого за Завтрак	ккал-552, Белки-23, Жиры-18, Углеводы-73	75-00
<u>Обед</u>			
250/10/1	<i>Суп рисовый с томатом, чесноком, сметаной и зеленью укропа</i>	ккал-164, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-20	
100	<i>Зразы Ленивые из говядины с яйцом, с соусом.</i>	ккал-195, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-12	
150	<i>Каша перловая вязкая</i>	ккал-138, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22	
200	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-816, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-122	95-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
200	<i>Морс клюквенный Школьный"</i>	ккал-62, Углеводы-15	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-62, Углеводы-15	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 14.04.2022



Утверждаю:
Генеральный директор ООО "Комбинат
Школьного Питания" Промышленного района
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	
50	Сосиски отварные.	ккал-100, Белки-5, Жиры-9	
200/10	Каша кукурузная вязкая молочная с маслом	ккал-292, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-42	
200	Кофейный напиток с молоком	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-666, Белки-18, Жиры-32, Углеводы-77	75-00
<u>Обед</u>			
250/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа	ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
105	Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом..	ккал-206, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-12	
150	Пюре гороховое.	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Напиток из апельсинов	ккал-67, 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-815, Белки-42, Жиры-20, Углеводы-118	95-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания" Утверждаю:

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара

Меню дневного рациона
на 15.04.2022

Генеральный директор ООО "Комбинат

Школьного питания" Промышленного района

Т.Н.Аврайсина



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	<i>Морковь , припущенная с сахаром.</i>	ккал-41, Белки-1, Углеводы-9	
150/30	<i>Запеканка из творога с рисом и повидлом</i>	ккал-405, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-48	
200/11/7	<i>Чай с лимоном и сахаром</i>	ккал-46, Углеводы-11	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
503	Итого за Завтрак	ккал-570, Белки-24, Жиры-15, Углеводы-84	75-00
<u>Обед</u>			
250/5/1	<i>Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.</i>	ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	
155	<i>Пельмени мясные отварные со сливочным маслом</i>	ккал-307, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-31	
200	<i>Кисель</i>	ккал-124, Углеводы-31	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
701	Итого за Обед	ккал-743, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-117	95-00
<u>Витаминизация 1 - 4 классы</u>			
200	<i>Сок фруктовый (200 мл)</i>	ккал-68, Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация 1 - 4 классы	ккал-68, Углеводы-16	16-55

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.
