



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 31.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания"



Т.Н. Аврелина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость тарификация (руб)
<b>Завтрак</b>			
110	Тефтели из говядины со сметанно - томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
180	Картофельное пюре .	ккал-143, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-17	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
564,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-557, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-75	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/1	Солянка Домашняя с укропом	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	
110	Котлеты рубленые из птицы с соусом	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, 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	
831	<b>Итого за Обед</b>	ккал-830, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-123	<b>96-00</b>

Зав. производством

*Е.Е. Макарова*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

*Т.Ф. Шацкова*

Шацкова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о. Самара для возрастной категории с 11 лет

меню дневного рациона на 01.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Л.А. 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)
<b>Завтрак</b>			
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	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
516	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-557, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-66	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом .	ккал-138, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-8	
150	Каши гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200	Напиток из плодов шиповника	ккал-124, Белки-1, Углеводы-30	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
791	<b>Итого за Обед</b>	ккал-781, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-126	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о. Самара для возрастной категории с 12 лет и старше  
Меню дневного рациона на 01.03.2023

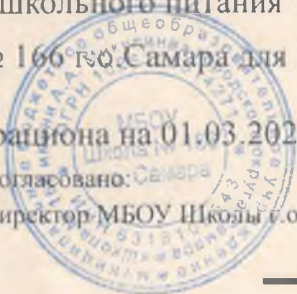
Утверждаю:

Генеральный директор



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>			
105	Омлет натуральный с маслом	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
180/20/6	Макаронные изделия отварные с сыром.	ккал-305, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-41	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
552	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-607, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-72	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом.	ккал-138, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-8	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Напиток из плодов шиповника	ккал-124, Белки-1, Углеводы-30	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	<b>Итого за Обед</b>	ккал-809, Белки-27, Жиры-20, Углеводы-130	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Г.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с

Документ № 10

Меню дневного рациона на 02.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания"

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>			
200	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i>	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	<i>Кисель</i>	ккал-124, Углеводы-31	
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
70	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-31, Углеводы-7	
<b>500</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-626, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-91</b>	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/5/1	<i>Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.</i>	ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	
250	<i>Жаркое по-домашнему с мясом и кукурузой консервированной</i>	ккал-393, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-25	
200	<i>Напиток из апельсинов.</i>	ккал-67, Углеводы-17	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>796</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-794, Белки-18, Жиры-35, Углеводы-102</b>	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"



МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше  
Меню дневного рациона на 02.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

*[Signature]*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

*[Signature]*



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i>	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	<i>Кисель</i>	ккал-124, Углеводы-31	
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
120	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-53, Углеводы-12	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-648, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-96	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/5/1	<i>Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.</i>	ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	
280	<i>Жаркое по-домашнему с мясом и кукурузой консервированной.</i>	ккал-420, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-28	
200	<i>Напиток из апельсинов.</i>	ккал-67, Углеводы-17	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
826	<b>Итого за Обед</b>	ккал-822, Белки-18, Жиры-36, Углеводы-105	<b>96-00</b>

Зав. производством

*[Signature]*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*[Signature]*

Шацкова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 11 лет

Меню дневного рациона на 03.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



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>			
110	Тефтели из говядины со сметанно - томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
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	
40	Хлеб пшеничный	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
514,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-487, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-66	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/1	Солянка Домашняя с укропом	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	
110	Котлеты рубленные из птицы с соусом	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-802, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-121	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шапкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше  
Место дневного рациона на 03.03.2023

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

110	Тефтели из говядины со сметанно-томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
180	Картофельное пюре.	ккал-143, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-17	
200/11/3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
564,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-557, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-75	<b>75-00</b>

Обед

250/1	Солянка Домашняя с укропом	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	
110	Котлеты рубленые из птицы с соусом	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11	
180	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Компот из сухофруктов.	ккал-72, Углеводы-18	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
831	<b>Итого за Обед</b>	ккал-830, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-123	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Г.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"  
 МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с  
 Меню дневного рациона на 06.03.2023



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)
<b>Завтрак</b>			
30	Ветчина порционно	ккал-84, Белки-7, Жиры-6	
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
200/10	Каша пшеничная молочная с маслом	ккал-318, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-44	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
<b>501</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-602, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-79</b>	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
250	Плов из птицы с консервированной кукурузой	ккал-396, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-52	
200	Компот из кураги.	ккал-105, Белки-1, Углеводы-25	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>791</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-893, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-150</b>	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.





ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 06.03.2023

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>			
30	<i>Ветчина порционно</i>	ккал-84, Белки-7, Жиры-6	
10	<i>Сыр порционно</i>	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
250/10	<i>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</i>	ккал-381, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-55	
200/11	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
40	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
<b>551</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-665, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-90	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/1	<i>Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа</i>	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
280	<i>Плов из птицы с консервированной кукурузой</i>	ккал-447, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-59	
200	<i>Компот из кураги.</i>	ккал-105, Белки-1, Углеводы-25	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>821</b>	<b>Итого за Обед</b>	ккал-945, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-157	<b>96-00</b>

Зав. производством

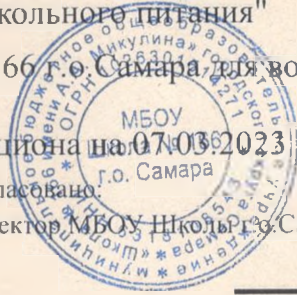
Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"  
 МБОУ Школа № 166 г. Самара для возрастной категории с  
 7 до 11 лет  
 Меню дневного рациона на 07.03.2023



Утверждаю:  
 Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:  
 Директор МБОУ Школы № 166 Самара

Т.Н.Аврискина

*(Handwritten signature)*

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 с томатным соусом	ккал-115, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-10	
170	Картофельное пюре с маслом и с зелёным горошком.	ккал-143, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	
200	Напиток шоколадный Хрутка	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
510	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-460, Белки-20, Жиры-13, Углеводы-66	<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	Бефстроганов из сердца	ккал-192, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-7	
165	Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным	ккал-145, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
806	<b>Итого за Обед</b>	ккал-738, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-106	<b>96-00</b>

Зав. производством

*(Handwritten signature)*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

*(Handwritten signature)*

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о. Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 07.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школа г.о. Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	"Колбаски" куриные с томатным соусом	ккал-115, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-10	
200	Картофельное пюре с маслом и зелёным горошком.	ккал-168, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-19	
200	Напиток шоколадный Хрутка	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-515, Белки-23, Жиры-14, Углеводы-74	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/1	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа	ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	
100	Бефстроганов из сердца	ккал-192, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-7	
180	Каши гречневая вязкая с маслом и огурцом консервированным	ккал-158, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	<b>Итого за Обед</b>	ккал-751, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-108	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 11 лет

Меню дневного рациона на 09.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150/20	<i>Вареники из творога со сгущенным молоком</i>	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43	
200	<i>Кофейный напиток с молоком.</i>	ккал-106, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18	
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
100	<i>Яблоко свежее (парезка)</i>	ккал-44, Углеводы-10	
500	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-589, Белки-25, Жиры-15, Углеводы-90	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/5/1	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа</i>	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
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	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
796	<b>Итого за Обед</b>	ккал-837, Белки-18, Жиры-36, Углеводы-109	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 лет и старше

Меню дневного рациона на 09.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



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 в рублях
-----------	--------------------	---	--------------------

Завтрак

200/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-441, Белки-25, Жиры-14, Углеводы-54	
200	Кофейный напиток с молоком.	ккал-106, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
100	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-682, Белки-31, Жиры-18, Углеводы-100	<b>75-00</b>

Обед

250/5/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
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	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
826	<b>Итого за Обед</b>	ккал-865, Белки-19, Жиры-38, Углеводы-113	<b>96-00</b>

Зав. производством

*Макарова Е.Е.*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*Шацкова Т.Ф.*

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 1 до 1 лет

Документ Меню дневного рациона на 13.03.2023

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), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/10	Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом	ккал-259, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-33	
200	Напиток шоколадный Хрутка	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
<b>500</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-562, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-66</b>	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	
100	Сливочная индюшка с соусом.	ккал-165, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-6	
170	Пюре гороховое с огурцом консервированным.	ккал-246, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>821</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-827, Белки-35, Жиры-24, Углеводы-117</b>	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Шанцова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 лет и старше

Меню дневного рациона на 13.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



ООО "КШП"

ИНН 6319002030  
ОГРН 1026301514272

И.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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
250/10	Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом	ккал-307, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-42	
200	Напиток шоколадный Хрутка	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-611, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-74	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	
100	Сливочная индюшка с соусом.	ккал-165, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-6	
180	Пюре гороховое с огурцом консервированным	ккал-247, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
831	<b>Итого за Обед</b>	ккал-828, Белки-35, Жиры-24, Углеводы-118	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с

Для до 7 лет

Меню дневного рациона на 14.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСП"



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>			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
250	Плов с мясом, кукуруза консервированная	ккал-453, Белки-15, Жиры-22, Углеводы-49	
200/11/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
503	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-622, Белки-18, Жиры-26, Углеводы-79	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/50/1	Суп картофельный с пельменями мясными и зеленью	ккал-173, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-25	
110	Котлеты "Любительские" рыбные с соусом.	ккал-91, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-6	
160	Картофельное пюре с маслом и с зелёным горошком	ккал-137, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
861	<b>Итого за Обед</b>	ккал-773, Белки-24, Жиры-16, Углеводы-134	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.





ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 14.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



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>			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
280	Плов с мясом, кукуруза консервированная.	ккал-477, Белки-11, Жиры-23, Углеводы-56	
200/11/7	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
553	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-707, Белки-16, Жиры-28, Углеводы-98	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/50/1	Суп картофельный с пельменями мясными и зеленью	ккал-173, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-25	
110	Котлеты "Любительские" рыбные с соусом.	ккал-91, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом и зелёным горошком.	ккал-155, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
881	<b>Итого за Обед</b>	ккал-791, Белки-28, Жиры-16, Углеводы-132	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 1 до 11 лет

Меню дневного рациона на 15.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



ООО "КШП"

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

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	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
516	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-557, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-66	<b>75-00</b>

Обед

250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом .	ккал-163, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200	Напиток из плодов шиповника	ккал-124, Белки-1, Углеводы-30	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
791	<b>Итого за Обед</b>	ккал-805, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-125	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т Ф



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 15.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСП"

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>			
105	Омлет натуральный с маслом	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
180/20/6	Макаронные изделия отварные с сыром.	ккал-305, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-41	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
552	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-607, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-72	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом.	ккал-163, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Напиток из плодов шиповника	ккал-124, Белки-1, Углеводы-30	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	<b>Итого за Обед</b>	ккал-833, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-129	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о. Самара для возрастной категории с 11 лет  
ежедневного рациона на 16.03.2023



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСП" \* Г.Н. Аврискина

Согласовано: Директор МБОУ Школы № 166 Самара

*С.Е.Е.*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
200	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i>	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	<i>Кисель</i>	ккал-124, Углеводы-31	
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
70	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-31, Углеводы-7	
<b>500</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-626, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-91</b>	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/10/1	<i>Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.</i>	ккал-101, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	
250	<i>Жиркое по-домашнему с мясом и кукурузой консервированной</i>	ккал-393, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-25	
200	<i>Напиток из апельсинов.</i>	ккал-67, Углеводы-17	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Ржаной хлеб.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>801</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-809, Белки-18, Жиры-36, Углеводы-103</b>	<b>96-00</b>

Зав. производством

*С.Е.Е.*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

*С.Е.Е.*

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о. Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 16.03.2023

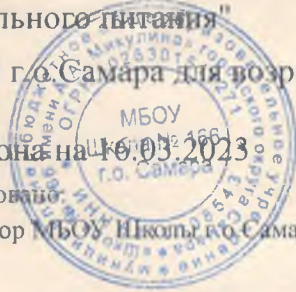
Утверждаю:

Генеральный директор



Согласовано:

Директор МБОУ Школа № 166 г.о. Самара



*[Signature]*  
Т.И. Аврискина

*[Signature]*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	Кисель	ккал-124, Углеводы-31	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
120	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-53, Углеводы-12	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-648, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-96	<b>75-00</b>
<u>Обед</u>			
250/10/1	Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.	ккал-101, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	
280	Жаркое по-домашнему с мясом и кукурузой консервированной.	ккал-420, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-28	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
831	<b>Итого за Обед</b>	ккал-836, Белки-18, Жиры-37, Углеводы-106	<b>96-00</b>

Зав. производством

*[Signature]*  
Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*[Signature]*  
Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о. Самара для возрастной категории с до 11 лет

Меню дневного рациона на 17.03.2023



Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о. Самара

*[Signature]*

Т.Н. Аврискина

*[Signature]*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
110	Тефтели из говядины со сметанно-томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
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	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
<b>514,5</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-487, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-66	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250/1	Солянка Домашняя с укропом	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	
110	Котлеты рубленые из птицы с соусом	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
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	
<b>801</b>	<b>Итого за Обед</b>	ккал-802, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-121	<b>96-00</b>

Зав. производством

*[Signature]*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

*[Signature]*

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"  
 МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с  
 12 лет и старше  
 Меню дневного рациона на 17.09.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания"



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)
<b>Завтрак</b>			
110	<i>Тефтели из говядины со сметанно-томатным соусом</i>	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
180	<i>Картофельное пюре.</i>	ккал-143, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-17	
200/11/3,5	<i>Чай с лимоном и сахаром.</i>	ккал-46, Углеводы-11	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
<b>564,5</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-557, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-75</b>	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/1	<i>Солянка Домашняя с укропом</i>	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	
110	<i>Котлеты рубленые из птицы с соусом</i>	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11	
180	<i>Вермишель отварная с маслом сливочным</i>	ккал-216, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-35	
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-72, Углеводы-18	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>831</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-830, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-123</b>	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 11 лет

Для Меню дневного рациона на 29.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



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>			
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	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
516	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-557, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-66	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
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	
791	<b>Итого за Обед</b>	ккал-769, Белки-26, Жиры-20, Углеводы-123	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Шацова Т.Ф.





ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 29.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



И.А.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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
105	Омлет натуральный с маслом	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
180/20/6	Макаронные изделия отварные с сыром.	ккал-305, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-41	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
552	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-607, Белки-25, Жиры-25, 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	Биточки "Школьные" с соусом томатным.	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
180	Каша гречневая вязкая с маслом.	ккал-174, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-25	
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-803, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-126	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 11 до 11 лет  
 Меню дневного рациона на 30.03.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

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)	С стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
200	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i>	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	<i>Кисель</i>	ккал-124, Углеводы-31	
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
70	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-31, Углеводы-7	
<b>500</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-626, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-91</b>	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/10/1	<i>Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.</i>	ккал-101, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	
250	<i>Жиркое по-домашнему с мясом и кукурузой консервированной</i>	ккал-393, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-25	
200	<i>Напиток из апельсинов.</i>	ккал-67, Углеводы-17	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>801</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>ккал-809, Белки-18, Жиры-36, Углеводы-103</b>	<b>96-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 30.03.2023

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

200	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i>	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200	<i>Кисель</i>	ккал-124, Углеводы-31	
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
120	<i>Яблоко свежее (нарезка)</i>	ккал-53, Углеводы-12	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-648, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-96	<b>75-00</b>

Обед

250/10/1	<i>Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.</i>	ккал-101, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	
280	<i>Жаркое по-домашнему с мясом и кукурузой консервированной.</i>	ккал-420, Белки-9, Жиры-30, Углеводы-28	
200	<i>Напиток из апельсинов.</i>	ккал-67, Углеводы-17	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
831	<b>Итого за Обед</b>	ккал-836, Белки-18, Жиры-37, Углеводы-106	<b>96-00</b>

Зав. производством

*сц*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*ш*

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"



МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 10 лет  
ежедневного рациона на 31.03.2023



Утверждаю:

Генеральный директор ООО

Т.Ц. 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)
<b>Завтрак</b>			
110	Тефтели из говядины со сметанно-томатным соусом	ккал-187, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-10	
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	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
514,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-487, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-66	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/1	Солянка Домашняя с укропом	ккал-118, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-9	
110	Котлеты рубленные из птицы с соусом	ккал-176, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
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	
801	<b>Итого за Обед</b>	ккал-802, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-121	<b>96-00</b>

Зав. производством

*Е.Е. Макарова*

Макарова Е. Е.

Бухгалтер - калькулятор

*Т.Ф. Шацкова*

Шацкова Т.Ф.