



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 02.10.2023

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО "КШП" Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Директор МБОУ Школы г.о.Самара



| Выход (г)      | Наименование блюда                           | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы(г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|----------------|--|---|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b> |  |   |                               |
| 30             | Сыр порционно                                | ккал-103, Белки-8, Жиры-8   |                               |
| 250            | Каша Ячтарная 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            | <b>Итого за Завтрак</b>                      | ккал-666, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-93                                      | <b>75-00</b>                  |
| <b>Обед</b>    |  |   |                               |
| 250/1          | Суп картофельный с клецками и зеленью укропа | ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23  |                               |
| 280            | Плов из птицы со свежим огурцом              | ккал-390, 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   |                               |
| 821            | <b>Итого за Обед</b>                         | ккал-850, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-140                                     | <b>96-00</b>                  |
| <b>Обед №2</b> |  |   |                               |
| 250/5/1        | Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.    | ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10   |                               |
| 280            | Азу с мясом                                  | ккал-413, Белки-9, Жиры-31, Углеводы-25                                       |                               |
| 200            | Напиток из вишни..                           | ккал-73, Углеводы-17  |                               |
| 60             | Хлеб пшеничный                               | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36  |                               |
| 30             | Хлеб ржаной .                                | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14   |                               |
| 826            | <b>Итого за Обед №2</b>                      | ккал-821, Белки-18, Жиры-37, Углеводы-103                                     | <b>96-00</b>                  |

Зав. производством Микарова Е.Е.

Бухгалтер - калкулятор Брюнчутина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 03.10.2023

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 | "Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом | ккал-122, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-12   |              |
| 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 | <b>Итого за Завтрак</b>                        | ккал-600, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-90 | <b>75-00</b> |

Обед

|       |  |   |              |
|-------|--|---|--------------|
| 250/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа | ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10     |              |
| 100   | Бифитекс "Пикапный" с соусом томатным              | ккал-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-11    |              |
| 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   | <b>Итого за Обед</b>                               | ккал-694, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-111 | <b>96-00</b> |

Обед №2

|       |   |   |              |
|-------|---|---|--------------|
| 250/1 | Суп картофельный с фасолью консервированной и укропом | ккал-142, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21    |              |
| 100   | Шницель мясной с соусом томатным                      | ккал-245, Белки-7, Жиры-19, Углеводы-12   |              |
| 180   | Каша перловая рассыпчатая с маслом                    | ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46    |              |
| 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 №2</b>                               | ккал-992, Белки-26, Жиры-31, Углеводы-153 | <b>96-00</b> |

Зав. производством

*Е.Е. Макарова*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*Е.Н. Брюнчугина*

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 04.10.2023

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><u>Завтрак</u></b> |  |   |                         |
| 100                   | Биточки "Школьные" с соусом томатным           | ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10                                      |                         |
| 210                   | Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой | ккал-260, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-37                                     |                         |
| 200                   | Чай со смородиной                              | ккал-39, Углеводы-10  |                         |
| 40                    | Хлеб пшеничный.                                | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24                                      |                         |
| 550                   | <b>Итого за Завтрак</b>                        | ккал-570, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-81                                    | <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                                      |                         |
| 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   |                         |
| 821                   | <b>Итого за Обед</b>                           | ккал-799, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-124                                   | <b>96-00</b>            |
| <b><u>Обед №2</u></b> |  |   |                         |
| 250/1                 | Рассольник Ленинградский с зеленью укропа      | ккал-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20                                      |                         |
| 280                   | Бигус с колбасой.                              | ккал-288, Белки-11, Жиры-19, Углеводы-19                                    |                         |
| 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   |                         |
| 821                   | <b>Итого за Обед №2</b>                        | ккал-739, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-106                                   | <b>96-00</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 05.10.2023

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) |
|-----------|--------------------|---|-------------------------|
|-----------|--------------------|---|-------------------------|

Завтрак

|        |   |  |              |
|--------|---|--|--------------|
| 10     | Масло порционное                          | 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> |

Обед

|       |  |   |              |
|-------|--|---|--------------|
| 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> |

Обед №2

|     |  |   |              |
|-----|--|---|--------------|
| 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

Махарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Брюнчукгина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 06.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

И.В. 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) |
|-----------|--------------------|---|-------------------------|
|-----------|--------------------|---|-------------------------|

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> |

Обед

|         |   |   |              |
|---------|---|---|--------------|
| 250/5/1 | Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа | ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13     |              |
| 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     | Кисель  | ккал-124, Углеводы-31                     |              |
| 50      | Хлеб пшеничный.                                       | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30    |              |
| 30      | Хлеб ржаной.  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 816     | <b>Итого за Обед</b>                                  | ккал-898, Белки-46, Жиры-20, Углеводы-135 | <b>96-00</b> |

Обед №2

|       |  |   |              |
|-------|--|---|--------------|
| 250/1 | Суп картофельный с клецками и зеленью укропа | ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23    |              |
| 280   | Плов с мясом и огурцом свежим порционно.     | ккал-426, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48  |              |
| 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             |              |
| 821   | <b>Итого за Обед №2</b>                      | ккал-886, Белки-21, Жиры-28, Углеводы-137 | <b>96-00</b> |

Зав. производством

Микарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брончужина Е.И.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше  
 Меню дневного рациона на 07.10.2023

| Выход (г)             | Наименование блюда                          | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Цена         | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------|---|---|--------------|-------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b> |   |   |              |                         |
| 100                   | Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным    | ккал-200, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10                                     |              |                         |
| 180                   | Рис отварной с маслом.                      | ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35                                      |              |                         |
| 200/11                | Чай с сахаром.                              | ккал-45, Углеводы-11  |              |                         |
| 60                    | Хлеб пшеничный                              | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36                                      |              |                         |
| 551                   | <b>Итого за Завтрак</b>                     | ккал-642, Белки-17, Жиры-23, Углеводы-92                                    | <b>26-04</b> | <b>75-00</b>            |
| <b><u>Обед</u></b>    |   |   |              |                         |
| 10/250/1              | Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом | ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20                                      |              |                         |
| 100                   | Сарделька отварная с соусом томатным        | ккал-135, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-5                                      |              |                         |
| 180                   | Рагу из овощей.                             | ккал-164, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-18                                      |              |                         |
| 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-750, Белки-21, Жиры-25, Углеводы-111                                   | <b>38-29</b> | <b>96-00</b>            |

Генеральный директор



Зав. производством

*[Signature]*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

*[Signature]*

Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 09.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.И. Аврискина

| Выход (г)      | Наименование блюда                                       | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|--|---|-------------------------|
| <b>Завтрак</b> |  |   |                         |
| 55             | Маффины  | ккал-268, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-35                                     |                         |
| 250/10         | Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным           | ккал-293, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-41                                     |                         |
| 200/11         | Чай с молоком и сахаром                                  | ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13                                       |                         |
| 30             | Хлеб пшеничный..   | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18                                       |                         |
| 556            | <b>Итого за Завтрак</b>                                  | ккал-726, Белки-14, Жиры-27, Углеводы-107                                   | <b>75-00</b>            |
| <b>Обед</b>    |  |   |                         |
| 250/5/1        | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.      | ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11                                      |                         |
| 100            | Котлеты рубленые из птицы с томатным соусом              | ккал-152, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10                                      |                         |
| 180            | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным           | ккал-239, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-41                                      |                         |
| 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   |                         |
| 826            | <b>Итого за Обед</b>                                     | ккал-801, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-128                                   | <b>96-00</b>            |
| <b>Обед №2</b> |  |   |                         |
| 10/250/1       | Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом              | ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20                                      |                         |
| 100            | Шницель мясной с соусом томатным                         | ккал-245, Белки-7, Жиры-19, Углеводы-12                                     |                         |
| 180            | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, икра из свеклы | ккал-176, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-24                                      |                         |
| 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            | <b>Итого за Обед №2</b>                                  | ккал-900, Белки-24, Жиры-32, Углеводы-129                                   | <b>96-00</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
килькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 10.10.2023

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) |
|----------------|---|---|-------------------------|
| <b>Завтрак</b> |   |   |                         |
| 10             | Масло порционно                                       | ккал-66, Жиры-7   |                         |
| 280            | Плов с мясом.   | ккал-496, Белки-11, Жиры-24, Углеводы-59                                    |                         |
| 200/11/3<br>,5 | Чай с лимоном и сахаром.                              | ккал-46, Углеводы-11  |                         |
| 50             | Хлеб пшеничный.                                       | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30                                      |                         |
| 554,5          | <b>Итого за Завтрак</b>                               | ккал-759, Белки-16, Жиры-33, Углеводы-100                                   | <b>75-00</b>            |
| <b>Обед</b>    |   |   |                         |
| 250/1          | Суп картофельный с вермишелью и укропом.              | ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23                                      |                         |
| 105            | Котлеты "Любительские" рыбные с соусом томатным.      | ккал-92, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-6  |                         |
| 180            | Картофельное пюре с маслом и огурцом консервированным | ккал-117, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15                                      |                         |
| 200            | Кисель  | ккал-124, Углеводы-31   |                         |
| 60             | Хлеб пшеничный  | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36                                      |                         |
| 30             | Хлеб ржаной.  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14   |                         |
| 826            | <b>Итого за Обед</b>                                  | ккал-704, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-125                                   | <b>96-00</b>            |
| <b>Обед №2</b> |   |   |                         |
| 250/1          | Суп овощной с укропом                                 | ккал-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11                                       |                         |
| 170            | Макаронник с мясом.                                   | ккал-291, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-35                                    |                         |
| 200            | Напиток из апельсинов.                                | ккал-67, Углеводы-17  |                         |
| 60             | Хлеб пшеничный  | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36                                      |                         |
| 30             | Хлеб ржаной.  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14   |                         |
| 711            | <b>Итого за Обед №2</b>                               | ккал-691, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-113                                   | <b>96-00</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брончугина Е.Н.





ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 11.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина



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

Завтрак

|          |                                       |  |              |
|----------|---------------------------------------|--|--------------|
| 105      | Омлет натуральный с маслом сливочным. | 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> |

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    |              |
| 180   | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным          | 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-815, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-123 | <b>96-00</b> |

Обед №2

|            |   |   |              |
|------------|---|---|--------------|
| 250/35/1   | Суп картофельный с пельменями мясными и укропом | ккал-145, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-23    |              |
| 100        | Оладьи из печени с томатным соусом              | ккал-127, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9     |              |
| 180        | Пюре гороховое.                                 | ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40   |              |
| 200/11/3,5 | Чай с лимоном и сахаром.                        | ккал-46, Углеводы-11                      |              |
| 60         | Хлеб пшеничный                                  | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |              |
| 30         | Хлеб ржаной.                                    | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 870,5      | <b>Итого за Обед №2</b>                         | ккал-858, Белки-41, Жиры-18, Углеводы-133 | <b>96-00</b> |

Зав. производством

Масарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчук Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 12.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

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) |
|-----------|--------------------|---|-------------------------|
|-----------|--------------------|---|-------------------------|

Завтрак

|     |  |  |              |
|-----|--|--|--------------|
| 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> |

Обед

|         |   |   |              |
|---------|---|---|--------------|
| 250/5/1 | Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.                 | ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10     |              |
| 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      | Хлеб ржаной .   | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 826     | <b>Итого за Обед</b>                                      | ккал-822, Белки-18, Жиры-36, Углеводы-105 | <b>96-00</b> |

Обед №2

|     |  |   |              |
|-----|--|---|--------------|
| 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 перловая рассыпчатая с маслом       | ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46    |              |
| 200 | Напиток из вишни..                       | ккал-73, Углеводы-17                      |              |
| 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-926, Белки-32, Жиры-28, Углеводы-136 | <b>96-00</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Бриончугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 14.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСП" *Е.Е. Макарова*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара *В.И. Бонин*



| Выход (г)      | Наименование блюда                        | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|----------------|---|--|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b> |   |  |                               |
| 100            | Печень по-строгановски с соусом.          | ккал-145, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-8   |                               |
| 200            | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным. | ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27   |                               |
| 200/11         | Чай с сахаром.                            | ккал-45, Углеводы-11   |                               |
| 40             | Хлеб пшеничный.                           | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24   |                               |
| 551            | <b>Итого за Завтрак</b>                   | ккал-504, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-71                                       | <b>75-00</b>                  |

Зав. производством *Е.Е. Макарова*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор *Е.Н. Брончугина*

Брончугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 16.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

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) |
|-----------|--------------------|---|-------------------------|
|-----------|--------------------|---|-------------------------|

Завтрак

|        |                           |  |              |
|--------|---------------------------|--|--------------|
| 30     | Сыр порционно             | ккал-103, Белки-8, Жиры-8                |              |
| 250    | Каша Янтарная 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    | <b>Итого за Завтрак</b>   | ккал-666, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-93 | <b>75-00</b> |

Обед

|       |  |   |              |
|-------|--|---|--------------|
| 250/1 | Суп картофельный с клецками и зеленью укропа | ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23    |              |
| 280   | Плов из птицы со свежим огурцом              | ккал-390, 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             |              |
| 821   | <b>Итого за Обед</b>                         | ккал-850, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-140 | <b>96-00</b> |

Обед №2

|         |   |   |              |
|---------|---|---|--------------|
| 250/5/1 | Суп овощной со сметаной и зеленью укропа. | ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10     |              |
| 280     | Азу с мясом                               | ккал-413, Белки-9, Жиры-31, Углеводы-25   |              |
| 200     | Напиток из вишни..                        | ккал-73, Углеводы-17                      |              |
| 60      | Хлеб пшеничный                            | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |              |
| 30      | Хлеб ржаной.                              | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 826     | <b>Итого за Обед №2</b>                   | ккал-821, Белки-18, Жиры-37, Углеводы-103 | <b>96-00</b> |

Зав. производством

*Е.Е. Макарова*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*Е.Н. Брюнчук*

Брюнчук Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 17.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Т.Н. Аврискина

Байер

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

Завтрак

|     |  |  |              |
|-----|--|--|--------------|
| 100 | "Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом | ккал-122, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-12   |              |
| 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 | <b>Итого за Завтрак</b>                        | ккал-600, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-90 | <b>75-00</b> |

Обед

|       |  |   |              |
|-------|--|---|--------------|
| 250/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью укропа | ккал-91, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10     |              |
| 100   | Бифштекс "Пикантный" с соусом томатным             | ккал-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-11    |              |
| 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   | <b>Итого за Обед</b>                               | ккал-694, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-111 | <b>96-00</b> |

Обед №2

|       |   |   |              |
|-------|---|---|--------------|
| 250/1 | Суп картофельный с фасолью консервированной и укропом | ккал-142, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21    |              |
| 100   | Шницель мясной с соусом томатным                      | ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10   |              |
| 180   | Каша перловая рассыпчатая с маслом                    | ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46    |              |
| 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 №2</b>                               | ккал-954, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-151 | <b>96-00</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 и старше

Меню дневного рациона на 18.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.И. Аврискина



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

**Завтрак**

|     |  |  |              |
|-----|--|--|--------------|
| 100 | Биточки "Школьные" с соусом томатным.          | ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10   |              |
| 210 | Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой | ккал-260, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-37  |              |
| 200 | Чай со смородиной                              | ккал-39, Углеводы-10                     |              |
| 40  | Хлеб пшеничный.                                | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24   |              |
| 550 | <b>Итого за Завтрак</b>                        | ккал-570, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-81 | <b>75-00</b> |

**Обед**

|       |                                       |   |              |
|-------|---------------------------------------|---|--------------|
| 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    |              |
| 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             |              |
| 821   | <b>Итого за Обед</b>                  | ккал-799, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-124 | <b>96-00</b> |

**Обед №2**

|       |   |   |              |
|-------|---|---|--------------|
| 250/1 | Рассольник Ленинградский с зеленью укропа | ккал-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-20    |              |
| 280   | Бигус с колбасой.                         | ккал-288, Белки-11, Жиры-19, Углеводы-19  |              |
| 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             |              |
| 821   | <b>Итого за Обед №2</b>                   | ккал-739, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-106 | <b>96-00</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 19.10.2023

Утверждаю:

Согласовано:

Генеральный директор ООО "КШП"

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) |
|-----------|--------------------|---|-------------------------|
|-----------|--------------------|---|-------------------------|

Завтрак

|        |   |  |              |
|--------|---|--|--------------|
| 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> |

Обед

|       |  |   |              |
|-------|--|---|--------------|
| 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> |

Обед №2

|     |   |   |              |
|-----|---|---|--------------|
| 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

Брюнчук Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 20.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Е.Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

*Бондарь*

| 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/<br>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> |

Обед

|         |   |   |              |
|---------|---|---|--------------|
| 250/5/1 | Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа | ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13     |              |
| 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             |              |
| 816     | <b>Итого за Обед</b>                                  | ккал-868, Белки-46, Жиры-20, Углеводы-127 | <b>96-00</b> |

Обед №2

|       |  |   |              |
|-------|--|---|--------------|
| 250/1 | Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа | ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23    |              |
| 280   | Плов с мясом и огурцом свежим порционно.     | ккал-426, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-48  |              |
| 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             |              |
| 821   | <b>Итого за Обед №2</b>                      | ккал-886, Белки-21, Жиры-28, Углеводы-137 | <b>96-00</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Бриончугина Е.Н.



отделение 134/1 г.о. Самара с 12 лет и старше  
рациона на 21.10.2023

директор МБОУ Школа г.о. Самара

|   |                               |
|---|-------------------------------|
| Жиры (ж), белки (б), углеводы (у),<br>кислоты (к), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|---|-------------------------------|

Комплекс "Деликатесы"  
томатным  
Рис отварной с маслом  
Чай с сахаром  
Хлеб пшеничный

класс-200, Белкин 7, Жиря 18, Углеводы-10  
класс-218, Белкин-4, Жиря 7, Углеводы-18  
класс-45, Углеводы-11  
класс-181, Белкин 10, Жиря 7, Углеводы-16  
класс-642, Белкин 17, Жиря 21, Углеводы-9

Итого за завтрак  
75-00  
Маслова Е.Г.  
Бороздина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Слзвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 23.10.2023

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> |  |   |                         |
| 10                    | Сыр порционно  | ккал-34, Белки-3, Жиры-3  |                         |
| 40                    | Яйцо вареное   | ккал-63, Белки-5, Жиры-5  |                         |
| 250/10                | Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным           | ккал-293, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-41                                     |                         |
| 200/11                | Чай с молоком и сахаром                                  | ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13                                       |                         |
| 30                    | Хлеб пшеничный..   | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18                                       |                         |
| 551                   | <b>Итого за Завтрак</b>                                  | ккал-555, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-72                                    | <b>75-00</b>            |
| <b><u>Обед</u></b>    |  |   |                         |
| 250/5/1               | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и укропом.      | ккал-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11                                      |                         |
| 100                   | Котлеты рубленые из птицы с томатным соусом              | ккал-152, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10                                      |                         |
| 180                   | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным           | ккал-239, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-41                                      |                         |
| 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   |                         |
| 826                   | <b>Итого за Обед</b>                                     | ккал-801, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-128                                   | <b>96-00</b>            |
| <b><u>Обед №2</u></b> |  |   |                         |
| 10/250/1              | Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом              | ккал-131, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-20                                      |                         |
| 100                   | Шницель мясной с соусом томатным                         | ккал-207, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-10                                     |                         |
| 180                   | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, икра из свеклы | ккал-176, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-24                                      |                         |
| 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                   | <b>Итого за Обед №2</b>                                  | ккал-862, Белки-24, Жиры-28, Углеводы-128                                   | <b>96-00</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчутина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 24.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

*Е.И. Аврискина*



И. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



*Б.И. Макарова*

| 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   |                         |
| 280            | Плов с мясом.   | ккал-496, Белки-11, Жиры-24, Углеводы-59                                    |                         |
| 200/11/3,5     | Чай с лимоном и сахаром.                              | ккал-46, Углеводы-11  |                         |
| 50             | Хлеб пшеничный.                                       | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30                                      |                         |
| 554,5          | <b>Итого за Завтрак</b>                               | ккал-759, Белки-16, Жиры-33, Углеводы-100                                   | <b>75-00</b>            |
| <b>Обед</b>    |   |   |                         |
| 250/1          | Суп картофельный с вермишелью и укропом.              | ккал-122, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-23                                      |                         |
| 105            | Котлеты "Любительские" рыбные с соусом томатным.      | ккал-92, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-6  |                         |
| 180            | Картофельное пюре с маслом и огурцом консервированным | ккал-117, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15                                      |                         |
| 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   |                         |
| 826            | <b>Итого за Обед</b>                                  | ккал-652, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-112                                   | <b>96-00</b>            |
| <b>Обед №2</b> |   |   |                         |
| 250/1          | Суп овощной с укропом                                 | ккал-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11                                       |                         |
| 170            | Макаронник с мясом.                                   | ккал-291, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-35                                    |                         |
| 200            | Напиток из апельсинов.                                | ккал-67, Углеводы-17  |                         |
| 60             | Хлеб пшеничный  | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36                                      |                         |
| 30             | Хлеб ржаной.  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14   |                         |
| 711            | <b>Итого за Обед №2</b>                               | ккал-691, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-113                                   | <b>96-00</b>            |

Зав. производством

*Е.Е. Макарова*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*Е.Н. Брюнцугина*

Брюнцугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 25.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Аврискина

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

Завтрак

|          |                                       |  |              |
|----------|---------------------------------------|--|--------------|
| 105      | Омлет натуральный с маслом сливочным. | 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> |

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    |              |
| 180   | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным           | 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-815, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-123 | <b>96-00</b> |

Обед №2

|            |   |   |              |
|------------|---|---|--------------|
| 250/35/1   | Суп картофельный с пельменями мясными и укропом | ккал-145, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-23    |              |
| 100        | Оладьи из печени с томатным соусом              | ккал-127, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9     |              |
| 180        | Пюре гороховое .                                | ккал-292, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-40   |              |
| 200/11/3,5 | Чай с лимоном и сахаром.                        | ккал-46, Углеводы-11                      |              |
| 60         | Хлеб пшеничный                                  | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |              |
| 30         | Хлеб ржаной .                                   | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 870,5      | <b>Итого за Обед №2</b>                         | ккал-858, Белки-41, Жиры-18, Углеводы-123 | <b>96-00</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчук Е.И.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара - с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 26.10.2023

тверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

И.А. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

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

Завтрак

|        |  |  |              |
|--------|--|--|--------------|
| 200    | Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким | ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35 |              |
| 200/11 | Чай с сахаром.   | ккал-45, Углеводы-11                     |              |
| 30     | Хлеб пшеничный..                                       | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18    |              |
| 120    | Яблоко свежее (нарезка).                               | ккал-53, Углеводы-12                     |              |
| 561    | <b>Итого за Завтрак</b>                                | ккал-569, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-76 | <b>75-00</b> |

Обед

|         |  |   |              |
|---------|--|---|--------------|
| 250/5/1 | Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.              | ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10     |              |
| 280     | Жаркое по-домашнему с мясом и огурцом консервированным | ккал-395, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-24   |              |
| 200     | Напиток из апельсинов.                                 | ккал-67, Углеводы-17                      |              |
| 60      | Хлеб пшеничный   | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36    |              |
| 30      | Хлеб ржаной .  | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14             |              |
| 826     | <b>Итого за Обед</b>                                   | ккал-796, Белки-18, Жиры-35, Углеводы-101 | <b>96-00</b> |

Обед №2

|     |  |   |              |
|-----|--|---|--------------|
| 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 перловая рассыпчатая с маслом       | ккал-257, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-46    |              |
| 200 | Напиток из вишни..                       | ккал-73, Углеводы-17                      |              |
| 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-926, Белки-32, Жиры-28, Углеводы-136 | <b>96-00</b> |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 27.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.И. Сериккина

| Выход (г)      | Наименование блюда                                    | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|---|---|-------------------------|
| <b>Завтрак</b> |   |   |                         |
| 100            | "Медальон" мясной с соусом томатным                   | ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11                                      |                         |
| 180            | Картофельное пюре с маслом                            | ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24                                      |                         |
| 200/11/3<br>,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-516, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-82                                    | <b>75-00</b>            |
| <b>Обед</b>    |   |   |                         |
| 250/5/1        | Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом | ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10                                       |                         |
| 105            | Сосиска отварная с томатным соусом..                  | ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5                                      |                         |
| 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-796, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-118                                   | <b>96-00</b>            |
| <b>Обед №2</b> |   |   |                         |
| 250/1          | Суп картофельный с рисом и зеленью укропа             | ккал-109, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-21                                      |                         |
| 100            | Рыба запечённая со сметанным соусом.                  | ккал-155, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-5                                     |                         |
| 180            | Каша пшеничная с маслом сливочным.                    | ккал-276, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-46                                      |                         |
| 200            | Компот из изюма.                                      | ккал-94, Углеводы-23  |                         |
| 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 №2</b>                               | ккал-883, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-144                                   | <b>96-00</b>            |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Бриончугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 12 лет и старше

Меню дневного рациона на 28.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Л.Лаврискина

| Выход (г)      | Наименование блюда                                       | эн. цев. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|----------------|--|--|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b> |  |  |                               |
| 110            | Колобки из цыплят "Школьные" с соусом томатно-сметанным. | ккал-119, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-10  |                               |
| 200            | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.                | ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27   |                               |
| 200/11         | Чай с сахаром.   | ккал-45, Углеводы-11   |                               |
| 40             | Хлеб пшеничный.  | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24   |                               |
| 561            | <b>Итого за Завтрак</b>                                  | <b>ккал-478, Белки-20, Жиры-12, Углеводы-73</b>                                | <b>75-00</b>                  |

Зав. производством

Маярова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Броничуткина Е.Н.