

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 02.10.2023

Утверждаю

Генеральный директор ООО "КШП"

Г.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



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

Завтрак

| | | | |
|--------|--------------------------|--|--------------|
| 15 | Сыр порционно. | ккал-52, Белки-4, Жиры-4 | |
| 230 | Каша Янтарная с яблоками | ккал-307, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-42 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 45 | Хлеб пшеничный. | ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27 | |
| 501 | Итого за Завтрак | ккал-539, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-80 | 75-00 |

Обед

| | | | |
|-------|--|---|--------------|
| 250/1 | Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа | ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23 | |
| 250 | Плов из птицы со свежим огурцом | ккал-387, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50 | |
| 200 | Напиток из черной смородины. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 791 | Итого за Обед | ккал-846, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-139 | 96-00 |

Полдник

| | | | |
|------------|--------------------------|---|--------------|
| 90 | Круассан с конфитюром | ккал-288, Белки-5, Жиры-14, Углеводы-36 | |
| 200/11/3,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 304,5 | Итого за Полдник | ккал-334, Белки-5, Жиры-14, Углеводы-47 | 45-00 |

Витаминизация

| | | | |
|-----|-------------------------------|--------------------------------|--------------|
| 200 | Сок в ассортименте | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчукгина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7. до 11 лет

Меню дневного рациона на 03.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

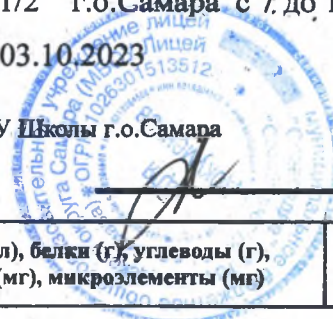
ООО "КШП"

Документ

Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Лицей 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 | |
| 180 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным | ккал-174, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-25 | |
| 200 | Какао напиток с молоком. | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 510 | Итого за Завтрак | ккал-520, Белки-21, Жиры-15, Углеводы-75 | 75-00 |

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 | |
| 150 | Картофельное пюре с маслом | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20 | |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 791 | Итого за Обед | ккал-667, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-107 | 96-00 |

Полдник

| | | | |
|------------|--------------------------------|---|--------------|
| 100 | Сырники из творога с повидлом. | ккал-256, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-25 | |
| 200 | Кисель | ккал-124, Углеводы-31 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-380, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-56 | 45-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 04.10.2023

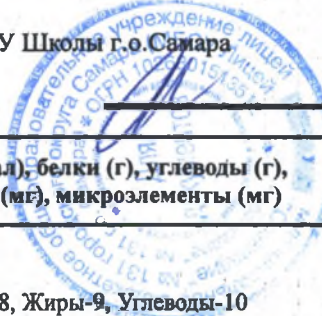
Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КСП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина



| Выход (г) | Наименование блюда | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------------|---|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 100 | Биточки "Школьные" с соусом томатным | ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10 | |
| 170 | Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой. | ккал-213, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-34 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 30 | Хлеб пшеничный. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-494, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72 | 75-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 250/г | Суп картофельный с горохом и зеленью. | ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18 | |
| 100 | Рыба тушёная в томате с овощами | ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3 | |
| 150 | Рис отварной с маслом | ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36 | |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккал-72, Углеводы-18 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 791 | Итого за Обед | ккал-787, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-125 | 96-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Крендель Сахарный. | ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61 | |
| 200 | Молоко кипячёное | ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-408, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-70 | 45-00 |
| <u>Витаминизация</u> | | | |
| 200 | Морс вишневый Школьный | ккал-66, Углеводы-16 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-66, Углеводы-16 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 05.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

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 | |
| 150 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным. | ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 506 | Итого за Завтрак | ккал-504, Белки-13, Жиры-26, Углеводы-55 | 75-00 |

Обед

| | | | |
|-------|---|---|--------------|
| 250/1 | Борщ с капустой и картофелем с укропом. | ккал-104, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13 | |
| 250 | Жаркое по-домашнему с мясом и зелёным горошком. | ккал-390, Белки-9, Жиры-29, 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 | |
| 791 | Итого за Обед | ккал-842, Белки-18, Жиры-36, Углеводы-111 | 96-00 |

Полдник

| | | | |
|-----|-------------------------|--|--------------|
| 100 | Гребешок "Школьный" | ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61 | |
| 200 | Напиток из вишни.. | ккал-73, Углеводы-17 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-430, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-78 | 45-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 06.10.2023

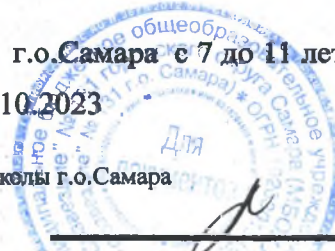
Утверждаю

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 | Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом | ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6 | |
| 150 | Картофельное пюре с маслом | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20 | |
| 200/11/ 3,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 50 | Хлеб пшеничный. | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 514,5 | Итого за Завтрак | ккал-465, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-68 | 75-00 |

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 | |
| 150 | Пюре гороховое. | ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33 | |
| 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 | |
| 786 | Итого за Обед | ккал-842, Белки-42, Жиры-18, Углеводы-128 | 96-00 |

Полдник

| | | | |
|-------|------------------------------|--|--------------|
| 90/10 | Оладьи со сгущенным молоком. | ккал-258, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-39 | |
| 200 | Напиток из апельсинов. | ккал-67, Углеводы-17 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-325, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-56 | 45-00 |

Витаминизация

| | | | |
|-----|-------------------------------|--------------------------------|--------------|
| 200 | Сок в ассортименте | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о. Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 07.10.2023

Утверждаю:

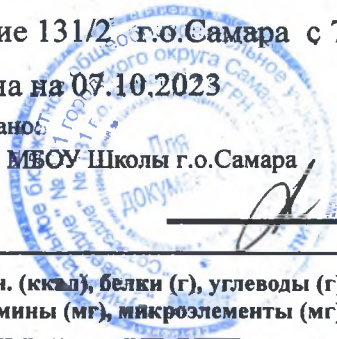
Генеральный директор



Г.Н. Харискина

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 | Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным | ккал-200, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-10 | |
| 150 | Рис отварной с маслом | ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 501 | Итого за Завтрак | ккал-569, Белки-14, Жиры-21, Углеводы-82 | 75-00 |

Зав. производством

Е.Е. Макарова

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Е.Н. Брюнчугина

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 09.10.2023

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) |
|-----------------------------|---|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 55 | Маффины | ккал-268, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-35 | |
| 200/10 | Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным. | ккал-247, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-33 | |
| 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 | |
| 506 | Итого за Завтрак | ккал-681, Белки-13, Жиры-26, Углеводы-99 | 75-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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 | Итого за Обед | ккал-801, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-128 | 96-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 90 | Десерт "Нежность" | ккал-401, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-66 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 301 | Итого за Полдник | ккал-446, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-77 | 45-00 |
| <u>Витаминизация</u> | | | |
| 200 | Сок в ассортименте | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 11.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" *Е. Аврискина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------------|---|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 60 | Омлет натуральный. | ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1 | |
| 180/15/6 | Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным | ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 502 | Итого за Завтрак | ккал-522, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-71 | 75-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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-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 | Итого за Обед | ккал-781, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-119 | 96-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Плюшка "Московская" | ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60 | |
| 200 | Напиток кисломолочный Кефир | ккал-113, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-471, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-68 | 45-00 |
| <u>Витаминизация</u> | | | |
| 200 | Морс из смородины Школьный | ккал-65, Углеводы-16 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-65, Углеводы-16 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Бриончугина Е.Н.

Министерство образования и науки Самарской области
Муниципальное бюджетное учреждение «Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара»
Самарская область, г.Самара, ул.Светлая, д.131/2
Тел: 8(8342) 330-15-15
Факс: 8(8342) 330-15-15
E-mail: info@licey1312.samara.ru



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 12.10.2023

Утверждаю:

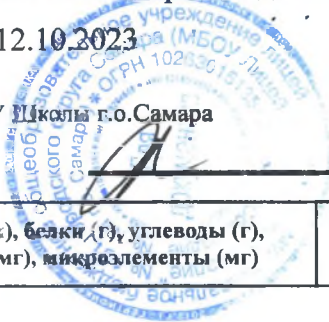
Генеральный директор ООО "КШП"



Т.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) |
|----------------|---|---|-------------------------|
| 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 | |
| 70 | <i>Яблоко свежее (нарезка)</i> | ккал-31, Углеводы-7 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-626, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-91 | 75-00 |
| Обед | | | |
| 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>Хлеб ржаной .</i> | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 796 | Итого за Обед | ккал-794, Белки-18, Жиры-35, Углеводы-102 | 96-00 |
| Полдник | | | |
| 100 | <i>Витушка с изюмом.</i> | ккал-318, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55 | |
| 200 | <i>Молоко кипячёное</i> | ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-434, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-64 | 45-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчук Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 13.10.2023

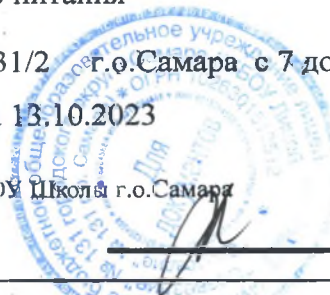
Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Н.Аврискина



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------------|---|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 100 | "Медальон" мясной с соусом томатным | ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11 | |
| 150 | Картофельное пюре с маслом | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20 | |
| 200/11/ 3,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 50 | Хлеб пшеничный. | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 514,5 | Итого за Завтрак | ккал-460, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-72 | 75-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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 | |
| 150 | Вермишель отварная с маслом сливочным | ккал-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33 | |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккал-72, Углеводы-18 | |
| 50 | Хлеб пшеничный. | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 791 | Итого за Обед | ккал-738, Белки-20, Жиры-24, Углеводы-110 | 96-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Ватрушка с творогом. | ккал-310, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-46 | |
| 200 | Напиток из черной смородины. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-377, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-62 | 45-00 |
| <u>Витаминизация</u> | | | |
| 100 | Яблоко свежее (нарезка) | ккал-44, Углеводы-10 | |
| 100 | Итого за Витаминизация | ккал-44, Углеводы-10 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 16.10.2023

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

| | | | |
|--------|--------------------------|---|--------------|
| 15 | Сыр порционно. | ккал-52, Белки-4, Жиры-4 | |
| 230 | Каша Янтарная с яблоками | ккал-307, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-42 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 45 | Хлеб пшеничный. | ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27 | |
| 501 | Итого за Завтрак | ккал-539, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-80 | 75-00 |

Обед

| | | | |
|-------|--|--|--------------|
| 250/1 | Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа | ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23 | |
| 250 | Плов из птицы со свежим огурцом | ккал-387, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50 | |
| 200 | Напиток из черной смородины. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 791 | Итого за Обед | ккал-846, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-139 | 96-00 |

Полдник

| | | | |
|------------|--------------------------|--|--------------|
| 90 | Круассан с конфитюром | ккал-288, Белки-5, Жиры-14, Углеводы-36 | |
| 200/11/3,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 304,5 | Итого за Полдник | ккал-334, Белки-5, Жиры-14, Углеводы-47 | 45-00 |

Витаминизация

| | | | |
|-----|-------------------------------|---------------------------------------|--------------|
| 200 | Сок в ассортименте | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 17.10.2023

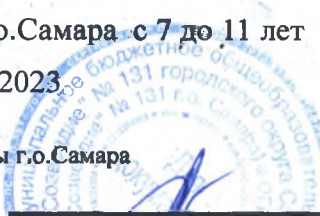
Утверждаю:

Генеральный директор

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

| | | | |
|------------|--|---|--------------|
| 100 | "Колбаски" куриные со сметанно-томатным соусом | ккал-122, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 180 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным | ккал-174, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-25 | |
| 200 | Какао напиток с молоком. | ккал-134, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 510 | Итого за Завтрак | ккал-520, Белки-21, Жиры-15, Углеводы-75 | 75-00 |

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 | |
| 150 | Картофельное пюре с маслом | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20 | |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 791 | Итого за Обед | ккал-667, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-107 | 96-00 |

Полдник

| | | | |
|------------|--------------------------------|---|--------------|
| 100 | Сырники из творога с повидлом. | ккал-256, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-25 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 311 | Итого за Полдник | ккал-301, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-36 | 45-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 18.10.2023

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) |
|-----------------------------|---|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 100 | Биточки "Школьные" с соусом томатным . | ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10 | |
| 170 | Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой. | ккал-213, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-34 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 500 | Итого за Завтрак | ккал-494, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72 | 75-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 250/1 | Суп картофельный с горохом и зеленью. | ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18 | |
| 100 | Рыба тушёная в томате с овощами | ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3 | |
| 150 | Рис отварной с маслом | ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36 | |
| 200 | Компот из сухофруктов. | ккал-72, Углеводы-18 | |
| 60 | Хлеб пшеничный | ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 791 | Итого за Обед | ккал-787, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-125 | 96-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Крендель Сахарный. | ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61 | |
| 200 | Молоко кипячёное | ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-408, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-70 | 45-00 |
| <u>Витаминизация</u> | | | |
| 200 | Морс вишневый Школьный | ккал-66, Углеводы-16 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-66, Углеводы-16 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 20.10.2023

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) |
|-----------------------------|--|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 100 | <i>Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом</i> | ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6 | |
| 150 | <i>Картофельное пюре с маслом</i> | ккал-133, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20 | |
| 200/11/ 3,5 | <i>Чай с лимоном и сахаром.</i> | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 50 | <i>Хлеб пшеничный.</i> | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 514,5 | Итого за Завтрак | ккал-465, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-68 | 75-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 250/5/1 | <i>Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью укропа</i> | ккал-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13 | |
| 100 | <i>"Гнездышки" куриные с соусом томатным</i> | ккал-177, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-7 | |
| 150 | <i>Пюре гороховое.</i> | ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33 | |
| 200 | <i>Компот из изюма.</i> | ккал-94, Углеводы-23 | |
| 50 | <i>Хлеб пшеничный.</i> | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 30 | <i>Хлеб ржаной.</i> | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| 786 | Итого за Обед | ккал-813, Белки-43, Жиры-18, Углеводы-120 | 96-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 90/10 | <i>Оладьи со сгущенным молоком.</i> | ккал-258, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-39 | |
| 200 | <i>Напиток из апельсинов.</i> | ккал-67, Углеводы-17 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-325, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-56 | 45-00 |
| <u>Витаминизация</u> | | | |
| 200 | <i>Сок фруктовый (200 мл)</i> | ккал-68, Углеводы-16 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-68, Углеводы-16 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/1 г.о.Самара с 7-до 11 лет

Меню дневного рациона на 23.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



ООО "КШП"

Т.Н. Арбушкина

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 | Сыр порционно | ккал-34, Белки-3, Жиры-3 | |
| 40 | Яйцо вареное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 200/10 | Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным. | ккал-247, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-33 | |
| 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 | |
| 501 | Итого за Завтрак | ккал-510, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-64 | 75-00 |
| Обед | | | |
| 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 | Итого за Обед | ккал-801, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-128 | 96-00 |
| Полдник | | | |
| 90 | Десерт "Нежность" | ккал-401, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-66 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 301 | Итого за Полдник | ккал-446, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-77 | 45-00 |
| Витаминизация | | | |
| 200 | Сок в ассортименте | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 25.10.2023

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) |
|-----------------------------|---|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 60 | Омлет натуральный. | ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1 | |
| 180/15/6 | Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным | ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41 | |
| 200/11 | Чай с сахаром. | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 502 | Итого за Завтрак | ккал-522, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-71 | 75-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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-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 | Итого за Обед | ккал-781, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-119 | 96-00 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Плюшка "Московская" | ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60 | |
| 200 | Напиток кисломолочный Кефир | ккал-113, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-471, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-68 | 45-00 |
| <u>Витаминизация</u> | | | |
| 200 | Морс из смородины Школьный | ккал-65, Углеводы-16 | |
| 200 | Итого за Витаминизация | ккал-65, Углеводы-16 | 18-01 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Лицей Созвездие 131/2 г.о.Самара с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 26.10.2023

Утверждаю:

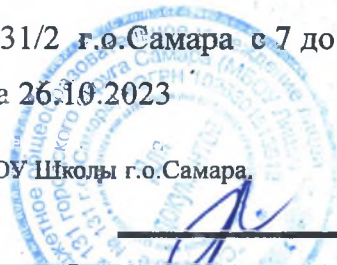
Генеральный директор ООО "КШП"



А.В. Аверискина

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 | 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 | |
| 70 | Яблоко свежее (нарезка) | ккал-31, Углеводы-7 | |
| 511 | Итого за Завтрак | ккал-547, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-71 | 75-00 |

Обед

| | | | |
|------------|---|--|--------------|
| 250/5/1 | Суп овощной со сметаной и зеленью укропа. | ккал-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10 | |
| 260 | Жаркое по-домашнему с мясом и огурцом консервированным. | ккал-386, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-23 | |
| 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 | |
| 806 | Итого за Обед | ккал-787, Белки-18, Жиры-35, Углеводы-100 | 96-00 |

Полдник

| | | | |
|------------|-------------------------|---|--------------|
| 100 | Витушка с изюмом. | ккал-318, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55 | |
| 200 | Молоко кипячёное | ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9 | |
| 300 | Итого за Полдник | ккал-434, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-64 | 45-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Брюнчугина Е.Н.