



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 07.11.2023

Утверждаю:

Генеральный директор



Н. Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



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

Завтрак

55	Маффины	ккал-268, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-35	
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	
576	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-830, Белки-17, Жиры-28, Углеводы-127	<b>75-00</b>

Обед

250/1	Суп картофельный с клёцками 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

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 08.11.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



И.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы №131/1 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-129, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-11	
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-607, Белки-24, Жиры-17, Углеводы-89	<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	Мясо тушёное.	ккал-309, Белки-6, Жиры-30, Углеводы-2	
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-870, Белки-19, Жиры-43, Углеводы-102	<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

*[Signature]*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*[Signature]*

Брюнчугина Е.Н.





ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 09.11.2023

Утвердила:

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>
<b><u>Полдник</u></b>			
150	Крендель "Сахарный".	ккал-297, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-46	
200	Молоко кипячёное	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
350	<b>Итого за Полдник</b>	ккал-413, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-55	<b>45-00</b>

Зав. производством

Михаров Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брюнчугина Е.И.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

меню дневного рациона на 10.11.2023

Утверждаю:



Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Сам...

И.А.Аврискина

*Балиц*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
105	Сосиска отварная с томатным соусом..	ккал-163, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-5	
200	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-193, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
556	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>ккал-558, Белки-15, Жиры-28, Углеводы-62</b>	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
200/1	Борщ с капустой и картофелем с укропом.	ккал-104, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15	
280	зеленым горошком	ккал-117, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	
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>	<b>ккал-869, Белки-19, Жиры-37, Углеводы-114</b>	<b>96-00</b>
<b>Обед №2</b>			
250	Суп молочный с макаронными изделиями	ккал-156, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21	
100	Филе куриное тушеное с томатным соусом .	ккал-192, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3	
180	Каша пшеничная с маслом.	ккал-276, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-46	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
820	<b>Итого за Обед №2</b>	<b>ккал-934, Белки-34, Жиры-29, Углеводы-131</b>	<b>96-00</b>

Зав. производством

*Макирова Е.Е.*

бухгалтер -  
калькулятор

*Бронзугина Е.И.*

Бронзугина Е.И.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 11.11.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО КМТ

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Н.А.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом	ккал-135, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
180	Картофельное пюре с маслом	ккал-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
200/11/3 ,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
554,5	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-522, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-78	<b>75-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Брилежугина Е.Н.





ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 13.11.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КПП"

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 порционный	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>

**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	<b>Итого за Обед</b>	ккал-801, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-128	<b>96-00</b>

**Обед №2**

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

Бриончугина Е.Н.





ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 14.11.2023

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:  
Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Аврискина

*Байц*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></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><u>Обед</u></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><u>Обед №2</u></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

*Макирова 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 15.11.2023

Утверждено:

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)
<b>Завтрак</b>			
80	Омлет натуральный.	ккал-121, Белки-8, Жиры-9, 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	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
557	<b>Итого за Завтрак</b>	ккал-651, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-90	<b>75-00</b>
<b>Обед</b>			
250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом.	ккал-163, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7	
180	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-168, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-25	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-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-809, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-123	<b>96-00</b>
<b>Обед №2</b>			
250/35/1	Суп картофельный спельменами 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	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

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - кассир

Бронзугина Е.Н.