



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 09.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"



Г.Н. Аврисина

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	
220/10	Каша пшённая молочная с маслом сливочным.	ккал-331, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-47	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
465	Итого за Завтрак	ккал-462, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-65	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 10.01.2024

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

50	Шницель из птицы (без хлеба и сухарей)	ккал-107, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-4	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
420	Итого за Завтрак	ккал-356, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-45	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 11.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор

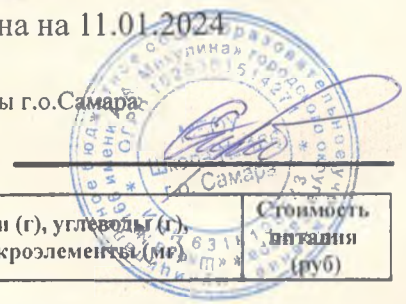


ООО "КШП"

Т.Н. Аврашкина

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

80	<i>Биточки из говядины с томатным соусом (без муки, хлеба)</i>	ккал-111, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-6	
150/5	<i>Каша рисовая жидкая на воде с маслом сливочным</i>	ккал-128, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
9	<i>Хлебцы без глютена в ассортименте</i>	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
444	Итого за Завтрак	ккал-313, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-45	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 12.01.2024

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

5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
80	Филе куриное тушёное (без томата)	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
455	Итого за Завтрак	ккал-359, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-41	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 15.01.2024

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)
<u>Завтрак</u>			
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200/5	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	ккал-261, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-43	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
475	Итого за Завтрак	ккал-467, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-64	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятов

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 16.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

[Signature]



Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Т.Н. Аврисякина

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	
230	Плов с мясом	ккал-421, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-47	
200/11/9	Чай с лимоном, сахаром	ккал-46, Углеводы-11	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
469	Итого за Завтрак	ккал-567, Белки-11, Жиры-29, Углеводы-66	80-00

Зав. производством

[Signature]

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

[Signature]

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 17.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор



Т.Н. Априксина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



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

Завтрак

10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
150	Рис отварной с овощами.	ккал-200, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-27	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
440	Итого за Завтрак	ккал-410, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-46	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 18.01.2024

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)
150/20	Запеканка из творога с рисом и сгущённым молоком (с рисовой мукой)	ккал-390, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-41	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
90	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-40, Углеводы-9	
480	Итого за Завтрак	ккал-509, Белки-24, Жиры-16, Углеводы-68	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 19.01.2024

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

60	Тефтели из говядины паровые без муки	ккал-94, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-4	
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	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
433,5	Итого за Завтрак	ккал-307, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-43	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 22.01.2024

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	
220/10	Каша пшённая молочная с маслом сливочным.	ккал-331, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-47	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
465	Итого за Завтрак	ккал-462, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-65	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 23.01.2024

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			
50	<i>Шницель из птицы (без хлеба и сухарей)</i>	ккал-107, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-4	
150	<i>Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.</i>	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200/11	<i>Чай с молоком и сахаром</i>	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
9	<i>Хлебцы без глютена в ассортименте</i>	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
420	Итого за Завтрак	ккал-356, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-45	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

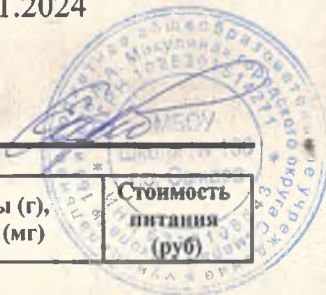
Меню дневного рациона на 24.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
80	<i>Биточки из говядины с томатным соусом (без муки, хлеба)</i>	ккал-111, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-6	
150/5	<i>Каша рисовая жидкая на воде с маслом сливочным</i>	ккал-128, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
9	<i>Хлебцы без глютена в ассортименте</i>	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
444	Итого за Завтрак	ккал-313, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-45	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 25.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП" *Т.Н. Аверина*



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			
5	Масло порционно.	ккал-33, Жиры-4	
80	Филе куриное тушёное (без томата)	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
455	Итого за Завтрак	ккал-359, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-41	80-00

Зав. производством

Е.Е. Макарова

Бухгалтер -
калькулятор

Т.Ф. Шацкова



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона на 26.01.2024

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		
80	Филе индейки тушёное с овощами	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2	
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	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
453,5	Итого за Завтрак	ккал-320, Белки-18, Жиры-9, Углеводы-41	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 29.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Т.Н.Авришкина

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	
200/5	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	ккал-261, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-43	
200/11	Чай с молоком и сахаром	ккал-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
475	Итого за Завтрак	ккал-467, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-64	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 30.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор



Т.Н.Аврашкина

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 порционно	ккал-66, Жиры-7	
230	Плов с мясом	ккал-421, Белки-10, Жиры-22, Углеводы-47	
200/11/9	Чай с лимоном, сахаром	ккал-46, Углеводы-11	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
469	Итого за Завтрак	ккал-567, Белки-11, Жиры-29, Углеводы-66	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 166 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 31.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврайсина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10	Сыр порционно	ккал-34, Белки-3, Жиры-3	
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
150	Рис отварной с овощами.	ккал-200, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-27	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
440	Итого за Завтрак	ккал-410, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-46	80-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.