



"СОГЛАСОВАНО" Директор школы №

Воробьев П.В.

МБОУ Школа №33 г.о. Самара(14 класс)

МЕНЮ

на 09.10.2024

Наименование блюда			Цена	Выход	Ккал	
			Завтрак			
№3 Бутерброд	1 С СЫРОМ*.*				60	158
	олочная кукурузн	ая,*			200/5	282
	ый напиток с мол				200	101
№ПР Хлеб пшеничный***					35	89
			Итого:	80,00	500	629
		Ви	таминизация			
№388 Напито	к из плодов шипо	вника + С витами	Н		200	88
			Итого:	19,81	200	88
			Обед			
№67 Винегрет овощной .					60	75
№99 Суп из овощей с зеленью**					200/1	84
	№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом				250	497
№389 Сок фруктовый в ассортименте				200	85	
№ПР Хлеб пшеничный				40	108	
№ПР Хлеб _ржано пшеничный*					40	110
_			Итого:	105,00	791	960
			Bcero:	204,81	1 491	1 677
		Д	пя всего меню			
	В граммах					
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	лиграммах	
46,65	59,05	231,21	витА - 525,57	витВ1 - 0,84	витВ2 - 1,1	
			витС - 147,37	витРР - 0,1	витЕ - 0,34	
Минеральные	вещества в милі	играммах				
Na - 2 452,9	K - 1 012,86	Ca - 624,32	Mg - 150,9			
P - 641,04	Fe - 9,34	I - 189,41	Se - 32,47			

(Куликова Л.А) Зав. производством Куприянова Ю.А. Калькулятор



СОГЛАСОВАНО" Директор школы № \_\_\_\_\_

Воробьев П.В.

МБОУ Школа №33 г.о. Самара (OB3 1-4 класс)



МЕНЮ

на 09.10.2024

Наименование блюда		Цена	Выход	Ккал
	Завтрак			
<sup>©</sup> 3 Бутерброд с сыром*.*			60	158
º174 Каша молочная кукурузная,*			200/5	282
<u>№379 Кофейный напиток с молоком</u>			200	101
<u></u> ПР Хлеб пшеничный***			35	89
	Итого:	80,00	500	629
	Витаминизация			
<sup>©</sup> 388 Напиток из плодов шиповника + С ві	итамин		200	88
	Итого:	19,81	200	88
	Обед			
<u>№67 Винегрет овощной .</u>		60	75	
№99 Суп из овощей с зеленью**		200/1	84	
		250	497	
			200	85
<u></u> ПР Хлеб пшеничный			40	108
⊵ПР Хлеб _ржано пшеничный*			40	110
	Итого:	105,00	791	960
	Bcero:	204,81	1 491	1 677
	Для всего меню			
В граммах				
Белки Жиры Углево	оды	Витамины в милиграммах		
46,65 59,05 231,3	21 витА - 525,57	витВ1 - 0,84	витВ2 - 1,1	
	витС - 147,37	витРР - 0,1	витЕ - 0,34	
инеральные вещества в милиграммах	I			
la - 2 452,9 K - 1 012,86 Ca - 624,	32 Mg - 150,9			
- 641,04 Fe - 9,34 I - 189,41	Se - 32,47			





Воробьев П.В.

P - 663,52 Fe - 8,6 I - 179,94 Se - 34,69

МБОУ Школа №33 г.о. Самара (5-11 класс)



на 09.10.2024

Завтрак         №3 Бутерброд с сыром*.*       60         №174 Каша молочная кукурузная,,*       250/5         №379 Кофейный напиток с молоком       200         №ПР Хлеб пшеничный       Итого: 85,00       555         Обед         №67 Винегрет овощной ,       100         №99 Сул из овощей с зеленью.       250/1         №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом       250         №389 Сок фруктовый в ассортименте       200         №389 Сок фруктовый в ассортименте       40         №1РР Хлеб пшеничный       40         №ПР Хлеб _ржано пшеничный*       40         Итого: 110,00       881         Всего: 195,00       1 436         Для всего меню       Витамины в милиграммах         Белки       Жиры       Углеводы         48,74       63,9       230,75         ВитА - 522,46       витВ1 - 0,75       витВ2 - 1,13         витС - 19,41       витРР - 0,13       витD - 0,85		Наименовані	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
№174 Каша молочная кукурузная,,*  №379 Кофейный напиток с молоком  №ПР Хлеб пшеничный				Завтрак			
№174 Каша молочная кукурузная,,*  №379 Кофейный напиток с молоком  №ПР Хлеб пшеничный	№3 Бутерброд (	с сыром*.*				60	158
№379 Кофейный напиток с молоком №ПР Хлеб пшеничный	№174 Каша мол	почная кукурузн	ая,,*			250/5	345
Итого: 85,00       555         Обед         №67 Винегрет овощной , №99 Суп из овощей с зеленью.       100         №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом       250         №389 Сок фруктовый в ассортименте       200         №ПР Хлеб пшеничный       40         №ПР Хлеб _ржано пшеничный*       40         Итого: 110,00       881         Всего: 195,00       1 436         Для всего меню       Витамины в милиграммах         Белки       Жиры       Углеводы         48,74       63,9       230,75         ВитА - 522,46       витВ1 - 0,75       витВ2 - 1,13         витС - 19,41       витРР - 0,13       витD - 0,85						200	101
Обед         №67 Винегрет овощной ,       100         №99 Суп из овощей с зеленью.       250/1         №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом       250         №389 Сок фруктовый в ассортименте       200         №ПР Хлеб пшеничный       40         №ПР Хлеб _ржано пшеничный*       40         Итого:       110,00       881         Всего:       195,00       1 436         Для всего меню         Белки       Жиры       Углеводы       Витамины в милиграммах         48,74       63,9       230,75       витА - 522,46       витВ1 - 0,75       витВ2 - 1,13         витС - 19,41       витРР - 0,13       витD - 0,85	№ПР Хлеб пш	еничный				40	108
№67 Винегрет овощной , 100 №99 Суп из овощей с зеленью. 250/1 №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом 250 №389 Сок фруктовый в ассортименте 200 №ПР Хлеб пшеничный 40 №ПР Хлеб _ржано пшеничный* 40  Итого: 110,00 881 Всего: 195,00 1 436  Для всего меню В граммах Белки Жиры Углеводы 48,74 63,9 230,75 ВитА - 522,46 ВитВ1 - 0,75 ВитВ2 - 1,13 ВитС - 19,41 ВитРР - 0,13 ВитD - 0,85				Итого:	85,00	555	712
№99 Суп из овощей с зеленью.  №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом  №389 Сок фруктовый в ассортименте  №ПР Хлеб пшеничный  Мтого: 110,00 881 Всего: 195,00 1 436  Для всего меню  В граммах Белки Жиры Углеводы 48,74 63,9 230,75 ВитА - 522,46 ВитВ1 - 0,75 ВитВ2 - 1,13 ВитС - 19,41 ВитРР - 0,13 ВитD - 0,85				Обед			
№99 Суп из овощей с зеленью.  №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом  №389 Сок фруктовый в ассортименте  200  №ПР Хлеб пшеничный  40  №ПР Хлеб _ржано пшеничный*  40  Итого: 110,00 881  Всего: 195,00 1 436  Для всего меню  В граммах Белки Жиры Углеводы 48,74 63,9 230,75 ВитА - 522,46 ВитВ1 - 0,75 ВитВ2 - 1,13 ВитС - 19,41 ВитРР - 0,13 ВитD - 0,85	№67 Винегрет овощной .					100	125
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом №389 Сок фруктовый в ассортименте 200 №ПР Хлеб пшеничный 40 №ПР Хлеб _ржано пшеничный* 40 Итого: 110,00 881 Всего: 195,00 1 436  Для всего меню  В граммах Белки Жиры Углеводы 48,74 63,9 230,75 ВитА - 522,46 ВитВ1 - 0,75 ВитВ2 - 1,13 ВитС - 19,41 ВитРР - 0,13 ВитD - 0,85						250/1	105
№389 Сок фруктовый в ассортименте 200 №ПР Хлеб пшеничный 40 №ПР Хлеб _ржано пшеничный* 40 Итого: 110,00 881 Всего: 195,00 1 436  Для всего меню Белки Жиры Углеводы 8итА - 522,46 витВ1 - 0,75 витВ2 - 1,13 витС - 19,41 витРР - 0,13 витD - 0,85						250	497
№ПР Хлеб _ржано пшеничный*  Итого: 110,00 881 Всего: 195,00 1 436  Для всего меню  В граммах Белки Жиры Углеводы 40 40 Итого: 110,00 881 Всего: 195,00 1 436  Витамины в милиграммах				- Control and Control and Control		200	85
Итого: 110,00 881 Всего: 195,00 1 436  Для всего меню В граммах Белки Жиры Углеводы 48,74 63,9 230,75 витА - 522,46 витВ1 - 0,75 витВ2 - 1,13 витС - 19,41 витРР - 0,13 витD - 0,85						40	108
Итого: 110,00 881 Всего: 195,00 1 436  Для всего меню В граммах Белки Жиры Углеводы 48,74 63,9 230,75 витА - 522,46 витВ1 - 0,75 витВ2 - 1,13 витС - 19,41 витРР - 0,13 витD - 0,85						40	110
Для всего меню В граммах Белки Жиры Углеводы Витамины в милиграммах 48,74 63,9 230,75 витА - 522,46 витВ1 - 0,75 витВ2 - 1,13 витС - 19,41 витРР - 0,13 витD - 0,85	_			Итого:	110,00	881	1 031
В граммах Белки Жиры Углеводы Витамины в милиграммах 48,74 63,9 230,75 витА - 522,46 витВ1 - 0,75 витВ2 - 1,13 витС - 19,41 витРР - 0,13 витD - 0,85				Bcero:	195,00	1 436	1 743
В граммах Белки Жиры Углеводы Витамины в милиграммах 48,74 63,9 230,75 витА - 522,46 витВ1 - 0,75 витВ2 - 1,13 витС - 19,41 витРР - 0,13 витD - 0,85			Лг	ля всего меню			
Белки Жиры Углеводы 48,74 63,9 230,75 витА - 522,46 витВ1 - 0,75 витВ2 - 1,13 витС - 19,41 витРР - 0,13 витD - 0,85		В граммах	4				
48,74 63,9 230,75 витА - 522,46 витВ1 - 0,75 витВ2 - 1,13 витС - 19,41 витРР - 0,13 витD - 0,85	Белки		Vгпеволы		Витамины в ми	пиграммах	
витС - 19,41 витРР - 0,13 витD - 0,85				витА - 522 46		The second control of the second	
	. 0,	00,0	200,70		Acceptance of the Control of the Con	Medical Control of the Source	
I Минеральные вещества в милиграммах				2,110 10,41	5,10	2.112 0,00	
	Линеральные в	вешества в милі	играммах	1			
Na - 2 557,06 K - 1 157,36 Ca - 567,3 Mg - 152,6			The state of the s	Ma - 152 6			



Директор школы № \_\_\_\_

Воробьев П.В.

МБОУ Школа №33 г.о. Самара (мобилизованные 5-11 класо

МЕНЮ

на 09.10.2024

Наименование блюда				Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№3 Бутерброд	с сыром*.*				60	158
№174 Каша молочная кукурузная,,*					250/5	345
	ый напиток с мол				200	101
№ПР Хлеб пц					40	108
			Итого:	86,75	555	712
		Ви	таминизация			
№388 Напиток	из плодов шипо	вника + С витами	н		200	88
	по подоб дине		Итого:	19,81	200	88
			Обед			
№67 Винегрет овощной ,					100	125
№99 Суп из овощей с зеленью.					250/1	105
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом				250	497	
№389 Сок фруктовый в ассортименте				200	85	
№ПР Хлеб пшеничный					40	108
	ано пшеничный	*			40	110
			Итого:	121,46	881	1 031
			Bcero:	228,02	1 636	1 831
		Ді	пя всего меню			
	В граммах					
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	лиграммах	
49,42	64,18	251,51	витА - 609,26	витВ1 - 0,76	витВ2 - 1,16	
			витС - 149,41	витРР - 0,13	витЕ - 0,34	
Минеральные і	вещества в милі	играммах	1			
Na - 2 558,66	K - 1 161,96	Ca - 579,7	Mg - 155,8			
P - 666,92	Fe - 8,92	I - 179,94	Se - 34,69			