



МБОУ Школа №33 г.о.Самара(1-4 класс)

МЕНЮ

на 22.10.2025

	Наименован	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№45 Салат из	з белокачанной .к	апусты с зеленью			60	51
№233 Рыба за	апеченая под мол	очным соусом			100	127
№304 Рис отв	арной с м/сливоч	ІНЫМ			150	210
№377 Чайсл					200/3,5	97
№ПР Хлеб пь	шеничный				30	81
			Итого:	85,00	544	566
			Обед			
№Акт Салат С	Степной:				60	60
№103 Суп кар	тофельный с вер	мишелью и зеле		200/1	160	
№289 Рагу ово	ощное из птицы.				200	223
№348 Компот					200	115
№ПР Хлеб пшеничный					30	81
№ПР Хлеб рж	ано пшеничный				30	67
			Итого:	110,17	721	706
			Всего:	195,17	1 265	1 272
		Лп	я всего меню			
	В граммах	-				
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	Пиграммау	
36,22	38,18	173,73	витА - 928,02	витВ1 - 0,45	витВ2 - 0,71	
Минерапьица	PAULACTRO D MARGIN	FDOMMOV				
Va - 2 738,23	вещества в мили К - 1 919,75		M- 470.00			
P - 588,59	Fe - 7,39	Ca - 241,85 I - 363,04	Mg - 178,89 Se - 32,97			

Зав. производством _

Калькулятор

Kaung

_(Куликова Л.А)

Еремеева М.С.



МБОУ Школа №33 г.Самара(мобилизованные 14 класс)



МЕНЮ

на 22.10.2025

	Наименовани	іе блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№45 Салат из	белокачанной .ка	апусты с зеленью			60	51
№233 Рыба заг	печеная под мол	очным соусом			100	127
№304 Рис отва	рной с м/сливоч	ным			150	210
№377 Чай с ли	моном				200/3,5	97
№ПР Хлеб пш	еничный				30	81
			Итого:	85,00	544	566
			Обед			
№Акт Салат С	гепной:				60	60
№103 Суп карт	офельный с вер	мишелью и зел		200/1	160	
№289 Рагу ово	щное из птицы.			200	223	
№348 Компот из кураги					200	115
№ПР Хлеб пш	еничный				30	81
№ПР Хлеб ржа	ано пшеничный				30	67
			Итого:	110,17	721	706
			Bcero:	195,17	1 265	1 272
		Л	ля всего меню			
	В граммах	Α,				
Белки Жиры Углеводы				Витамины в ми	лиграммах	
36,22	38,18	173,73	витА - 928,02	витВ1 - 0,45	витВ2 - 0,71	
Минеральные	вещества в мили	іграммах	1			
Na - 2 738,23	K - 1 919,75	Ca - 241,85	Mg - 178,89			
P - 588,59	Fe - 7,39	I - 363,04	Se - 32,97			





МБОУ СОШ № 33 2 смена (мобилизованные 1-4 класс)

МЕНЮ

на 22.10.2025

	Наименовани	іе блюда		Цена	Выход	Ккал
Montgoestimustus producer producer discontrate approprietativo producer and			Обед			
№Акт Салат С	тепной:				60	60
№103 Суп карт	офельный с вер	мишелью и зеле	енью		200/1	160
	щное из птицы.				200	223
№348 Компот и	из кураги				200	115
№ПР Хлеб пш					30	81
№ПР Хлеб ржа	ано пшеничный				30	67
			Итого:	110,17	721	706
			Полдник			
№ПР Выпечка					100	318
№377 Чай с ли					200/3,5	97
			Итого:	37,83	304	415
			Bcero:	148,00	1 025	1 121
		Дл	пя всего меню			
	В граммах					
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	лиграммах	
29,83	37,32	152,88	витА - 885,92	витВ1 - 0,47	витВ2 - 0,58	
Минеральные	вещества в мили	ıграм <u></u> мах	'			
Na - 1 655,89 P - 404,83	K - 1 486,52 Fe - 7,28	Ca - 155,33 I - 154,35	Mg - 140,1 Se - 18,91			





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

МЕНЮ

на 22.10.2025

	Наименован	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			and the state of t
№45 Салат из б	елокачанной ка	апусты с зеленью	и маслом		100	85
№233 Рыба зап		•			100	127
№304 Рис отвар	оной с м/сливоч	ным.			180	232
№377 Чай с лик	ионом				200/3,5	97
№ПР Хлеб пше	РПР Хлеб пшеничный				30	81
			Итого:	91,52	614	622
			Обед			
№Акт Салат Ст	епной:.				100	61
№103 Суп карто	офельный с вер	мишелью, зелень	юЮ		250/1	118
№289 Рагу овоц	№289 Рагу овощное из птицы				250	279
№348 Компот из	з кураги				200	115
№ПР Хлеб пше	еничный				30	81
№ПР Хлеб ржан	но пшеничный				30	67
			Итого:	128,14	861	721
			Bcero:	219,66	1 475	1 343
		Д	пя всего меню			
	В граммах					
Белки	·				ілиграммах	
41,45	38,78	202,76	витА - 968,85	витВ1 - 0,47	витВ2 - 0,73	
Минеральные в	ещества в мил	играммах	1			
Na - 3 036,67	K - 2 072,43	Ca - 262,13	Mg - 188,06			
P - 609,34	Fe - 7,77	I - 399,84	Se - 35,59			

Зав. производством (Куликова Л.А)
Калькулятор Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

 Директор школы № ____

Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 22.10.2025

	Наименован	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№45 Салат и	з белокачанной к		100	85		
	запеченая под мол			100	127	
№304 Рис от	варной с м/сливоч			180	232	
№377 Чай сл	МОНОМИГ			200/3,5	97	
№ПР Хлеб п	шеничный			30	81	
			Итого:	91,52	614	622
			Обед			
№Акт Салат (Степной:.				100	61
№103 Суп кај	отофельный с вер		250/1	118		
	вощное из птицы.			250	279	
№348 Компот					200	115
№ПР Хлеб п					30	81
№ПР Хлеб рж	кано пшеничный				30	67
			Итого:	128,14	861	721
			Всего:	219,66	1 475	1 343
		Лг	я всего меню			
	В граммах	Π'				
Белки Жиры Углеводы				Витамины в ми	лиграммах	
41,45 38,78 202,76 витА - 96				витВ1 - 0,47		
Минеральные	вещества в мили	Іграммах				
Na - 3 036,67	K - 2 072,43	Ca - 262,13	Mg - 188,06			
P - 609,34	Fe - 7,77	I - 399,84	Se - 35,59			





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

МЕНЮ

на 22.10.2025

	Наименовані	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№45 Салат из	белокачанной ка	апусты с зеленью		100	85	
№233 Рыба за	апеченая под мол	ючным соусом		100	127	
№304 Рис отв	арной с м/сливоч	ным.		180	232	
№377 Чай с л	имоном			200/3,5	97	
№ПР Хлеб пь	шеничный				30	81
Итого:				91,52	614	622
			Обед			
№Акт Салат С	Степной:.				100	61
№103 Суп кар	тофельный с вер		250/1	118		
№289 Pary овощное из птицы					250	279
№348 Компот из кураги					200	115
№ПР Хлеб пь	шеничный				30	81
№ПР Хлеб рж	ано пшеничный				30	67
			Итого:	128,14	861	721
			Всего:	219,66	1 475	1 343
		Д	пя всего меню			
	В граммах					
Белки Жиры Углеводы				Витамины в ми	лиграммах	
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			витА - 968,85	витВ1 - 0,47	витВ2 - 0,73	
Минеральные	вещества в милі	играммах				
Na - 3 036,67	K - 2 072,43	Ca - 262,13	Mg - 188,06			
P - 609,34	Fe - 7,77	I - 399,84	Se - 35,59			



обще согласовано" Директор школы № _____

г.о. Самара

Воробьев П.В.

МБОУ Школа №33 г.о.Самара(5-11 класс

МЕНЮ

на 22.10.2025

	Наименован	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак	Professional and the design of the Article and Article		
№45 Салат из	белокачанной к	апусты с зеленью	и маслом		100	85
	апеченая под мол				100	127
№304 Рис отв	арной с м/сливоч	ным.			180	232
№377 Чай с л	имоном				200/3,5	97
№ПР Хлеб пц	ценичный				30	81
			Итого:	91,52	614	622
			Обед			
№Акт Салат С	тепной:.				100	61
№103 Суп кар	тофельный с вер	мишелью, зелень		250/1	118	
№289 Рагу ово	ощное из птицы.				250	279
№348 Компот					200	115
№ПР Хлеб пц					30	81
№ПР Хлеб рж	ано пшеничный				30	67
			Итого:	128,14	861	721
			Bcero:	219,66	1 475	1 343
		Лг	ія всего меню			
	В граммах	4				
Белки Жиры Углеводы				Витамины в ми	пиграммах	
44.45			витА - 968,85	витВ1 - 0,47	витВ2 - 0,73	
					3,.0	
	вещества в мили	граммах	,			
Na - 3 036,67	K - 2 072,43	Ca - 262,13	Mg - 188,06			
P - 609,34	Fe - 7,77	I - 399,84	Se - 35,59			





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

МЕНЮ

на 22.10.2025

	Наименован	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№45 Салат из	белокачанной .н	апусты с зеленью)		60	51
	апеченая под мол			100	127	
№304 Рис отв	арной с м/сливоч	НЫМ			150	210
№377 Чай с лі	имоном				200/3,5	97
№ПР Хлеб пц	ценичный				30	81
			Итого:	85,00	544	566
			Обед			
№Акт Салат С	тепной:				60	60
№103 Суп кар	тофельный с вер	мишелью и зеле	енью		200/1	160
№289 Рагу ово	ощное из птицы.				200	223
№348 Компот					200	115
№ПР Хлеб пц	леничный				30	81
№ПР Хлеб рж	ано пшеничный				30	67
			Итого:	110,17	721	706
			Bcero:	195,17	1 265	1 272
		Дг	ія всего меню			
	В граммах	Α,				
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	пиграммах	
36,22	38,18	173,73	витА - 928,02	витВ1 - 0,45	витВ2 - 0,71	
Минеральные	вещества в мили	играммах — — — — — — — — — — — — — — — — — — —				
Na - 2 738,23	K - 1 919,75	Ca - 241,85	Mg - 178,89			
P - 588,59	Fe - 7,39	I - 363,04	Se - 32,97			