NHH 63 NHH 63 NH

"СОГЛАСОВАНО" Директор школы №____

Воробьев П.В.

МБОУ Школа №33 г.о.Самара(1-4 класс)

МЕНЮ

на 11.11.2025

	Наименовани	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
		nder ag ster en grap de plante, que en el este en el restanción en en cita entre y tra el en el restanción el rest	Завтрак	nga sak kepangkan sakan yang kepangkan kelala orah yan benara Alia Kina d		
№46 Салат из	белокачанной ка	апусты с яблоком			60	54
	ны , запеченные	*			200	282
	из смеси сухофр	•			200	133
№ПР Хлеб пц					40	118
			Итого:	85,00	500	588
			Обед			
№75 Икра свен	(OUPH30**				60	111
		й со сметаной зе	пенью		200/5/1	160
	тушеные в соус		,,,,,,,,		100	145
	ртофельное с ми				150	137
	ктовый в ассорт				200	35
№ПР Хлеб пц					30	81
	ано пшеничный				30	67
			Итого:	110,17	776	736
			Bcero:	195,17	1 276	1 324
		Лг	ля всего меню			
	В граммах	Α,				
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	лиграммах	
42,44	41,8	201	витА - 376,79	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,71	
12, 11	11,0		витС - 32,08	витЕ - 0,39	витD - 0,54	
Минеральные	вещества в мил	играммах	1			
Na - 1 752,58	K - 1 339,35	Ca - 325,74	Mg - 126,75			
P - 475,56	Fe - 7,81	I - 142,01	Se - 18,12			

"УТВЕРЖДАЮ" Директор 000 "ККДП"





Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 11.11.2025

	Наименовани	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Обед			
№75 Икра свек	ольная**				60	111
		й со сметаной зе.	ленью		200/5/1	160
	тушеные в соус				100	145
	ртофельное с м/				150	137
· ·	ктовый в ассорті				200	35
№ПР Хлеб пш	еничный				30	81
№ПР Хлеб ржа	но пшеничный				30	67
			Итого:	110,17	776	736
			Полдник			
№ПР Печенье,					100	255
	из свежих яблок				200	115
			Итого:	37,83	300	370
			Bcero:	148,00	1 076	1 106
		Пг	ля всего меню			
	В граммах	4				
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	лиграммах	
27,72	32,93	174,86	витА - 184,25	витВ1 - 0,57	витВ2 - 0,59	
,,-	0_,00	•	витС - 29,57	витЕ - 0,36	витD - 0,43	
Минеральные	вещества в милі	играммах				
Na - 1 557,33	K - 1 330,38	Ca - 205,58	Mg - 119,07			
P - 420,07	Fe - 8,6	I - 140,43	Se - 14,46			

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Еремеева М.С.



"СОГЛАСОВАНО" Директор школы №

Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 11.11.2025

	Наименование	е блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			WORK ASSESSMENT ROOM COMMENT AT THE CONTROL WHEN THE
№46 Салат и	з белокачанной каг	пусты с яблоком*			100	90
	№207 Макароны , запеченные с сыром.**,				210	299
№349 Компот из смеси сухофруктов*					200	133
№ПР Хлеб пшеничный					40	118
			Итого:	91,52	550	640
			Обед			
№75 Икра св	векольная*				100	185
№96/Акт Рас	сольник Ленинградо	ский со сметаной	і и зелены		250/5/1	127
	ти тушеные в соусе				100	145
	картофельное с м/с				180	176
	руктовый в ассорти	менте			200	35
№ПР Хлеб п					30	81
№ПР Хлеб рх	кано пшеничный				30	67
			Итого:	128,14	896	816
			Всего:	219,66	1 446	1 456
		Лп	я всего меню			
	В граммах	7				
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	пиграммах	
46,01	49,18	222,3	витА - 456,43	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,74	
			витС - 34,35	витЕ - 0,36	витD - 0,7	
Минеральные	е вещества в милиг	раммах				
Na - 2 701,3	K - 1 505,01	Ca - 319,34	Mg - 129,88			
P - 485,78	Fe - 8,13	I - 251,16	Se - 19,34			

Зав. производством

_(Куликова Л.А)

Калькулятор

<u>Сиши</u> Еремеева М.С.

Директор

000 "ККДП" в





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

МБОУ Школа №33 г.Самара(мобилизованные 1-4 класс) МЕНЮ На 11.11.2025 Наименование блюда Завтрак №46 Салат из белокачанной капусты с яблоком №207 Макароны , запеченные с сыром.** 200 №349 Компот из смеси сухофруктов* 200 №ПР Хлеб пшеничный Итого: 85,00 500	
Завтрак №46 Салат из белокачанной капусты с яблоком 60 №207 Макароны , запеченные с сыром.** 200 №349 Компот из смеси сухофруктов* 200 №ПР Хлеб пшеничный 40	
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком 60 №207 Макароны , запеченные с сыром.** 200 №349 Компот из смеси сухофруктов* 200 №ПР Хлеб пшеничный 40	Ккал
№207 Макароны , запеченные с сыром.** 200 №349 Компот из смеси сухофруктов* 200 №ПР Хлеб пшеничный 40	Management and the second and the second
№349 Компот из смеси сухофруктов* 200 №ПР Хлеб пшеничный 40	54
№ПР Хлеб пшеничный 40	282
	133
Итого: 85,00 500	118
	588
Обед	
№75 Икра свекольная**	111
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью 200/5/1	160
№278 Тефтели тушеные в соусе " 100	145
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.	137
№389 Сок фруктовый в ассортименте 200	35
№ПР Хлеб пшеничный 30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный 30	67
Итого: 110,17 776	736
Bcero: 195,17 1 276	1 324
Для всего меню	
В граммах	
Белки Жиры Углеводы Витамины в милиграммах	
42,44 41,8 201 витА - 376,79 витВ1 - 0,66 витВ2 - 0,71	
витС - 32,08 витЕ - 0,39 витD - 0,54	
Минеральные вещества в милиграммах	
Na - 1 752,58 K - 1 339,35 Ca - 325,74 Mg - 126,75	
P - 475,56 Fe - 7,81 I - 142,01 Se - 18,12	

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

WHEO O OBTO

Директор школы № Директор школы и дире

Воробьев П.В.

МБОУ Школа №33 г.о.Самара(5-11 класс)

МЕНЮ

на 11.11.2025

	Наименован	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№46 Салат и	з белокачанной ка	апусты с яблоком	*		100	90
№207 Макаро	оны , запеченные	с сыром.**,			210	299
№349 Компот	г из смеси сухофр	уктов*			200	133
№ПР Хлеб пшеничный					40	118
			Итого:	91,52	550	640
			Обед			
№75 Икра св	екольная*				100	185
№96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зеле					250/5/1	127
№278 Тефтел	и тушеные в соус	e "			100	145
№312 Пюре к	артофельное с м/	сливоч			180	176
	уктовый в ассорті	именте			200	35
№ПР Хлеб п					30	81
№ПР Хлеб рж	кано пшеничный				30	67
			Итого:	128,14	896	816
			Bcero:	219,66	1 446	1 456
		Дг	ля всего меню			
	В граммах					
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	лиграммах	
46,01	49,18	222,3	витА - 456,43	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,74	
			витС - 34,35	витЕ - 0,36	витD - 0,7	
Минеральные	вещества в мили	граммах				
Na - 2 701,3	K - 1 505,01	Ca - 319,34	Mg - 129,88			
P - 485,78	Fe - 8,13	I - 251,16	Se - 19,34			

 Зав. производством
 (Куликова Л.А)

 Калькулятор
 Еремеева М.С.

Директор

MP MOUNT No 33



Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 11.11.2025

	Наименован	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак	THE STATE OF THE S		
№46 Салат и	з белокачанной к	апусты с яблоком	*		100	90
№207 Макаро	оны , запеченные	с сыром.**,			210	299
№349 Компот	гиз смеси сухофр	уктов*			200	133
№ПР Хлеб пшеничный					40	118
			Итого:	91,52	550	640
			Обед			
№75 Икра свекольная*					100	185
№96/Акт Расс	ольник Ленингра	дский со сметано	й и зелены		250/5/1	127
№278 Тефтели тушеные в соусе "					100	145
	артофельное с м				180	176
	уктовый в ассорт	именте			200	35
№ПР Хлеб п					30	81
№ПР Хлеб рж	кано пшеничный				30	67
			Итого:	128,14	896	816
			Всего:	219,66	1 446	1 456
		Дл	ля всего меню			
	В граммах					
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	лиграммах	
46,01	49,18	222,3	витА - 456,43	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,74	
			витС - 34,35	витЕ - 0,36	витD - 0,7	
Минеральные	вещества в мили	траммах				
Na - 2 701,3	K - 1 505,01	Ca - 319,34	Mg - 129,88			
P - 485,78	Fe - 8,13	I - 251,16	Se - 19,34			

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

"УТВЕРЖДАЮ" Директор 000 "ККДП" 818

WHAN C OF DAMPHY

"СОГЛАСОВАНО" Директор школы № MEOX Пкола №



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

МЕНЮ

на 11.11.2025

	Наименован	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№46 Салат и	из белокачанной ка	апусты с яблоком	*		100	90
№207 Макар	оны , запеченные	с сыром.**,			210	299
	т из смеси сухофр	уктов*			200	133
№ПР Хлеб	№ПР Хлеб пшеничный				40	118
			Итого:	91,52	550	640
			Обед			
№75 Икра св	зекольная*				100	185
№96/Акт Рас	сольник Ленинград	дский со сметаної		250/5/1	127	
№278 Тефтел	ти тушеные в соус	e "		100	145	
	картофельное с м/				180	176
	руктовый в ассорти	именте			200	35
№ПР Хлеб п					30	81
№ПР Хлеб рх	кано пшеничный				30	67
			Итого:	128,14	896	816
			Всего:	219,66	1 446	1 456
		Дг	1я всего меню			
	В граммах					
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	ипиграммах	
46,01	49,18	222,3	витА - 456,43	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,74	
			витС - 34,35	витЕ - 0,36	витD - 0,7	
Минеральные	е вещества в мили	граммах				
Na - 2 701,3	K - 1 505,01	Ca - 319,34	Mg - 129,88			
P - 485,78	Fe - 8,13	I - 251,16	Se - 19,34			

Зав. производством (Куликова Л.А)

_Еремеева М.С.

Калькулятор



Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 11.11.2025

	Наименован	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№46 Салат и	з белокачанной ка	апусты с яблоком			60	54
	оны , запеченные	-			200	282
	г из смеси сухофр				200	133
№ПР Хлеб пшеничный					40	118
			Итого:	85,00	500	588
			Обед			
№75 Икра све	екольная**				60	111
	ник Ленинградски	й со сметаной зе		200/5/1	160	
	и тушеные в соус			100	145	
	артофельное с м/				150	137
	уктовый в ассорті				200	35
№ПР Хлеб п					30	81
№ПР Хлеб рж	кано пшеничный				30	67
			Итого:	110,17	776	736
			Bcero:	195,17	1 276	1 324
		Дг	ля всего меню			
	В граммах					
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	ілиграммах	
42,44	41,8	201	витА - 376,79	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,71	
			витС - 32,08	витЕ - 0,39	витD - 0,54	
Минеральные	вещества в мили	граммах				
Na - 1 752,58	K - 1 339,35	Ca - 325,74	Mg - 126,75			
P - 475,56	Fe - 7,81	I - 142,01	Se - 18,12			

Директор школы №

Воробьев П.В.

МБОУ Школа №33 г.о.Самара(1-4 класс)



на 10.11.2025

	Наименован	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№173 Каша м №376 Чай с с	№2 Бутерброд с повидлом**, №173 Каша молочная геркулесовая с маслом с №376 Чай с сахаром №ПР Хлеб пшеничный***				60 200/5 200 35	110 283 106 89
			Итого:	85,00	500	588
			Обед			
№290/АКТ Пти №304 Рис отв №342 Компот №ПР Хлеб пц	.капусты с картос ица тушеная в тог арной с м/сливоч из свежих яблок	НЫМ	и зеленью Итого: Всего:	110,17 195,17	60 200/5/1 100 150 200 30 30 776 1 276	80 129 101 210 115 81 67 782 1 370
		Дл	я всего меню			
Белки 37,55	В граммах Жиры 41,66	Углеводы 188,35	витА - 235,98 витС - 20,35	Витамины в мі витВ1 - 0,61 витЕ - 0,95	илиграммах витВ2 - 0,66 витD - 0,48	
Минеральные Na - 1 939,15 P - 612,64	вещества в мили К - 890,71 Fe - 9,72	граммах Са - 369,9 I - 197,72	Mg - 184,5 Se - 35,81			

Зав. производством

.....

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Еремеева М.С.

P

NAMAN SANA



Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 10.11.2025

	Наименовани	е блюда		Цена	Выход	Ккал
estekka gulandiga etti suususuu kalkustakan tääsen käisen käin nyöstä vään tiita kuuri suusi tarkat			Обед			
№ПР Икра каба	ачковая				60	80
		елем, сметаной і	и зеленью		200/5/1	129
	ца тушеная в том				100	101
	рной с м/сливочн	•			150	210
	із свежих яблок				200	115
№ПР Хлеб пш	еничный				30	81
№ПР Хлеб ржа	но пшеничный				30	67
			Итого:	110,17	776	782
			Полдник			
№ПР Выпечка					100	318
	, 13 смеси сухофру	ктов*			200	133
7120 10 110111101 1	is simport syriciply		Итого:	37,83	300	451
			Всего:	148,00	1 076	1 233
		Лг	тя всего меню			
	В граммах	Α,				
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	лиграммах	
29,04	37,01	188,95	витА - 220,68	витВ1 - 0,34	витВ2 - 0,49	
20,01	07,07	*	витС - 19,32	витЕ - 0,91	витD - 0,41	
Минеральные	вещества в мили	граммах				
Na - 1 598,89	K - 627,11	Ca - 190,99	Mg - 115,14			
P - 382,64	Fe - 6,27	I - 152,28	Se - 22,82			

Зав. производством (Куликова Л.А)

Калькулятор

__Еремеева М.С.

NHH 63

"СОГЛАСОВАНО" Директор школы №

Wite In Ale 3

Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 10.11.2025

	Наименовани	е блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак	a gastrong grouper, uncer have seen final enter the up (fine et alled excelléd enter (de Historia) (de Historia)		
№2 Бутерброд с	: повидлом**.				60	110
		овая с маслом сл		200/5	283	
№376 Чай с сахаром					200	106
	№ПР Хлеб пшеничный***				35	89
			Итого:	85,00	500	588
			Обед			
№ПР Икра каба	чковая				60	80
		релем, сметаной	и зеленью		200/5/1	129
№290/АКТ Птиц					100	101
№304 Рис отвар	•	-			150	210
№342 Компот из					200	115
№ПР Хлеб пше	еничный				30	81
№ПР Хлеб ржан	но пшеничный				30	67
			Итого:	110,17	776	782
			Bcero:	195,17	1 276	1 370
		Лг	ля всего меню			
	В граммах	Α,				
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	лиграммах	
37,55 41,66 188,35			витА - 235,98	витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,66	
0.,00	,	,	витС - 20,35	витЕ - 0,95	витD - 0,48	
Минеральные в						
Na - 1 939,15	K - 890,71	Ca - 369,9	Mg - 184,5			
P - 612,64	Fe - 9,72	I - 197,72	Se - 35,81			

Þ





Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 10.11.2025

	Наименован	ие блюда		Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№2 Бутербро,	д с повидлом**,				60	110
№173 Каша м	олочная геркулес	совая с маслом сл	пивоч		250/5	375
№376 Чай с с					200	106
№ПР Хлеб пц	Jеничный***				35	89
			Итого:	91,52	550	680
			Обед			
№ПР Икра ка	бачковая*				100	134
№88 Щи из св	в.капусты с карто	фелем сметаной		250/5/1	97	
№290/АКТ Пт	ица тушеная в то	матном соусе			100	101
№304 Рис отв	варной с м/сливоч	ІНЫМ.			180	232
№342 Компот	из свежих яблон				200	115
№ПР Хлеб п	шеничный				30	81
№ПР Хлеб рж	кано пшеничный				30	67
			Итого:	128,14	896	825
			Bcero:	219,66	1 446	1 505
		Д	пя всего меню			
	В граммах					
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	лиграммах	
45	49	204,85	витА - 105,1	витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,63	
			витС - 32,68	витРР - 0,03	витЕ - 1,15	
Минеральные	вещества в мил	играммах				
Na - 1 835,8	K - 922,43	Ca - 368,37	Mg - 190,74			
P - 623,29	Fe - 10,05	I - 138,26	Se - 32,55			

_(Куликова Л.А) Зав. производством Калькулятор _Еремеева М.С.





Воробьев П.В.

МБОУ Школа №33 г.о.Самара(5-11 класс)

МЕНЮ

на 10.11.2025

	Наименован	ие блюда	Цена	Выход	Ккал	
			Завтрак			
№2 Бутербро	д с повидлом**,				60	110
		совая с маслом сл	ливоч		250/5	375
№376 Чай с с					200	106
№ПР Хлеб пь	леничный***				35	89
			Итого:	91,52	550	680
			Обед			
№ПР Икра ка	бачковая*				100	134
№88 Щи из св	в.капусты с карто	фелем сметаной	зеленью.		250/5/1	97
№290/АКТ Пт	ица тушеная в то	матном соусе			100	101
№304 Рис отв	варной с м/сливо	чным.			180	232
№342 Компот	№342 Компот из свежих яблок				200	115
№ПР Хлеб п	шеничный				30	81
№ПР Хлеб рх	кано пшеничный				30	67
			Итого:	128,14	896	825
			Bcero:	219,66	1 446	1 505
		Дл	пя всего меню			
	В граммах					
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	лиграммах	
45	49	204,85	витА - 105,1	витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,63	
			витС - 32,68	витРР - 0,03	витЕ - 1,15	
Минеральные	е вещества в мил	играммах				
Na - 1 835,8	K - 922,43	Ca - 368,37	Mg - 190,74			
P - 623,29	Fe - 10,05	I - 138,26	Se - 32,55			



"СОГЛАСОВАНО" Директор школы №

Воробьев П.В.

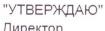
МБОУ Школа №33 г.о.Самара(ОВЗ 5-11 класс)

МЕНЮ

на 10.11.2025

Наименование блюда				Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№2 Бутерброд	д с повидлом**,				60	110
		совая с маслом сл	іивоч		250/5	375
№376 Чай с са	. ,				200	106
№ПР Хлеб пц					35	89
			Итого:	91,52	550	680
			Обед			
№ПР Икра каб	бачковая*				100	134
		фелем сметаной :	зеленью.		250/5/1	97
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе					100	101
№304 Рис отварной с м/сливочным.					180	232
№342 Компот	из свежих яблог	<		200	115	
№ПР Хлеб пь	шеничный				30	81
№ПР Хлеб рж	ано пшеничный				30	67
			Итого:	128,14	896	825
			Bcero:	219,66	1 446	1 505
		Лг	ля всего меню			
	В граммах					
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	лиграммах	
45	49	204,85	витА - 105,1	витВ1 - 0,61		
			витС - 32,68	витРР - 0,03	витЕ - 1,15	
Минеральные	вещества в мил	играммах				
Na - 1 835,8	K - 922,43	Ca - 368,37	Mg - 190,74			
P - 623,29	Fe - 10,05	I - 138,26	Se - 32,55			

Зав. производством _(Куликова Л.А) _Еремеева М.С. Калькулятор



Директор 000 "ККДП" NHH ON OTHER THE STATE OF THE S



Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 10.11.2025

Наименование блюда				Цена	Выход	Ккал
			Завтрак			
№2 Бутербро	од с повидлом**,				60	110
		совая с маслом сл	ливоч		250/5	375
№376 Чай с с					200	106
№ПР Хлеб пь	шеничный***				35	89
			Итого:	91,52	550	680
			Обед			
№ПР Икра ка	абачковая*				100	134
№88 Щи из сі	в.капусты с карто	фелем сметаной	зеленью.		250/5/1	97
	гица тушеная в то				100	101
№304 Рис отв	варной с м/сливоч	НЫМ.			180	232
№342 Компот из свежих яблок					200	115
№ПР Хлеб п	шеничный				30	81
№ПР Хлеб рх	кано пшеничный				30	67
			Итого:	128,14	896	825
			Всего:	219,66	1 446	1 505
		Дл	ля всего меню			
	В граммах					
Белки	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			Витамины в ми	лиграммах	
45	49	204,85	витА - 105,1	витВ1 - 0,61	•	
			витС - 32,68	витРР - 0,03	витЕ - 1,15	
Минеральные	е вещества в мил	играммах				
Na - 1 835,8	K - 922,43	Ca - 368,37	Mg - 190,74			
P - 623,29	Fe - 10,05	I - 138,26	Se - 32,55			

Зав. производством

_(Куликова Л.А)

Калькулятор

Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор « в демь образования в демь

Директор школы №

Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 10.11.2025

	Наименован	ие блюда	Цена	Выход	Ккал	
			Завтрак			
№2 Бутерброд	ц с повидлом**,				60	110
		совая с маслом сл	ивоч.		200/5	283
№376 Чай с са					200	106
№ПР Хлеб пш					35	89
			Итого:	85,00	500	588
			Обед			
№ПР Икра каб	бачковая				60	80
		фелем, сметаной і	и зеленью		200/5/1	129
	ица тушеная в то	·			100	101
	арной с м/сливоч				150	210
№342 Компот	из свежих яблок				200	115
№ПР Хлеб пц	шеничный				30	81
№ПР Хлеб рж	ано пшеничный				30	67
			Итого:	110,17	776	782
			Bcero:	195,17	1 276	1 370
		Дг	ля всего меню 19			
	В граммах					
Белки	Жиры	Углеводы		Витамины в ми	ілиграммах	
37,55	41,66	188,35	витА - 235,98	витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,66	
			витС - 20,35	витЕ - 0,95	витD - 0,48	
Минеральные	вещества в мил	играммах				
Na - 1 939,15	K - 890,71	Ca - 369,9	Mg - 184,5			
P - 612,64	Fe - 9,72	I - 197,72	Se - 35,81			





Воробьев П.В.

МБОУ Школа №33 г.о.Самара (индивидуальное)

МЕНЮ

на 10.11.2025

Наименование блюда				Цена	Выход	Ккал
May de la company de la compan			Завтрак			
№ПР Икра каб	бачковая				60	80
	ица тушеная в то	матном соусе			100	101
№304 Рис отв		,			150	204
	из свежих ябло	K			200	115
№ПР Хлеб пц					35	89
70100111	2011/11/10/11		Итого:	85,00	545	588
			Всего:	85,00	545	588
		Д	пя всего меню			
	В граммах					
Белки	Жиры	Углеводы	воды Витамины в милиграммах			
15,39	20,85	93,4	витА - 30,73	витВ1 - 0,22	витВ2 - 0,12	
			витС - 7,86	витЕ - 0,91	витD - 0,01	
Минеральные	в вещества в мил	іиграммах				
	K - 276,38	Ca - 144,9	Mg - 60,95			
	Fe - 3,81	I - 91,86	Se - 8,05			