



"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № 122
О.А. Водянова

Воробьев П.В.
МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (1-4 классы)

МЕНЮ на 23.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша молочная рисовая с м/сливочным		250/5	300
Напиток шоколадный Nesquik		200	102
Батон порционнo.		30	81
Итого:	70,00	503	536
Обед			
Икра кабачковая		60	74
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	77
Тефтели тушеные в соусе		60/50	224
Макаронные изделия отварные с маслом растительным		150	186
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	786	833
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Полдник			
Пирожки печеные с картошкой		100	255
Напиток из плодов шиповника		200	100
Итого:	35,00	300	356
Всего:	211,55	1 789	1 800

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,94	вита - 420,63	витВ2 - 0,74
41,38	50,82	287,34	витВ1 - 0,66	витС - 182,98	витD - 0,52
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 678	I - 265,48	P - 692,65	Na - 2 483,63		
F - 139,01	Se - 22,35	Mg - 142,48	Fe - 10,27		

Зав. производством *Куликова* (Куликова Л.А.)

Калькулятор *Калинникова* Калинникова Г.Р.

Директор
ООО "ККДП"



МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №


 "СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № 122
В. А. Вержнев

на 23.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша молочная рисовая с м/сливочным		250/5	300
Напиток шоколадный Nesquik		200	102
Батон порционнo.		30	81
Итого:	70,00	503	536
Обед			
Икра кабачковая		60	74
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	77
Тефтели тушеные в соусе		60/50	224
Макаронные изделия отварные с маслом растительным		150	186
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	786	833
Всего:	160,00	1 289	1 368

	В граммах	
Белки	Жиры	Углеводы
33,57	46,51	201,99

ВИТЕ - 0,6	ВИТА - 328,89	ВИТD - 0,4
ВИТВ2 - 0,66	ВИТВ1 - 0,53	ВИТС - 45,34

Ca - 632,06	I - 223,2	P - 604,77	Na - 2 149,65
F - 114,32	Se - 18,77	Mg - 114,16	Fe - 8,32

(Куликова Л.А)

Калинникова Г.Р.

Лист № 15

"УТВЕРЖДАЮ"



Воробьев П.В.
МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (12 и старше)

МЕНЮ

на 23.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша молочная рисовая с м/сливочным		280/5	327
Напиток шоколадный Nesquik		200	102
Хлеб пшеничный		50	117
Итого:	70,00	553	600
Обед			
Икра кабачковая		100	104
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной и зеленью		250/5/1	100
Тефтели тушеные в соусе		60/50	224
Макаронные изделия отварные с м.р.		180	220
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	906	920
Всего:	160,00	1 459	1 520

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,05	витА - 414,32	витD - 0,63
37,35	49,88	227,05	витB2 - 0,85	витB1 - 0,56	витC - 46,07
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 582,32	I - 255,9	P - 663,87	Na - 3 022,42		
F - 138,27	Se - 23,38	Mg - 132,22	Fe - 9,21		

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)

Калькулятор Калиникова Г.Р. Калиникова Г.Р.



"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № 122

В.И. Воднев

Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (1-4 классы)

М Е Н Ю

на 25.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яблоко		150	67
Омлет натуральный с маслом сливочным		110	171
Какао с молоком		200	143
Батон порционно		40	108
Итого:	70,00	500	488
Обед			
Винегрет овощной		60	73
Суп из овощей со сметаной и зеленью на бульоне		200/5/1	54
Кнели куриные с соусом		50/50	149
Пюре из бобовых с м/растит.		150	217
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	776	754
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Полдник			
Булочка Витушка		100	350
Снежок		200	158
Итого:	35,00	300	508
Всего:	211,55	1 776	1 826

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,36	витА - 538,94	витD - 4,41
61,43	62,97	259,67	витB2 - 1,38	витB1 - 0,94	витC - 26,08
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 783,52	I - 346,34	P - 982	Na - 3 223,77		
F - 302,9	Se - 56,29	Mg - 230,82	Fe - 16,14		

Зав. производством *Куликова* (Куликова Л.А.)

Калькулятор *Калинникова* Калинникова Г.Р.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 122

Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (12 и старше)

МЕНЮ

на 25.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яблоко		150	67
Омлет натуральный		150	251
Какао с молоком		200	143
Хлеб пшеничный		50	117
Итого:	70,00	550	577
Обед			
Винегрет овощной		100	122
Суп из овощей со сметаной, зеленью на бульоне		250/5/1	109
Кнели куриные с соусом		50/50	149
Пюре из бобовых с м/раст.		180	264
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	896	904
Всего:	160,00	1 446	1 481

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,36	вита - 656,99	витD - 5,39
55,57	55,01	184,88	витB2 - 1,38	витB1 - 0,92	витC - 23,73
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 460,45	I - 329,86	P - 845,56	Na - 3 455,96		
F - 289,6	Se - 63,61	Mg - 213,33	Fe - 16,43		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Калинникова Г.Р.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (ОВЗ)

Директор школы № 122



МЕНЮ

на 25.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яблоко		150	67
Омлет натуральный с маслом сливочным		110	171
Какао с молоком		200	143
Батон порционнo		40	108
Итого:	70,00	500	488
Обед			
Винегрет овощной		60	73
Суп из овощей со сметаной и зеленью на бульоне		200/5/1	54
Кнели куриные с соусом		50/50	149
Пюре из бобовых с м/растит.		150	217
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	776	754
Всего:	160,00	1 276	1 242

Для всего меню

В граммах
Белки 47,58 Жиры 44,87 Углеводы 169,31

Витамины в миллиграммах
витЕ - 0,36 витА - 483,15 витD - 4,02
витВ2 - 1,07 витВ1 - 0,78 витС - 20,28

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 511,3 I - 302,57 P - 717,62 Na - 2 917,44
F - 246,9 Se - 50,88 Mg - 182,85 Fe - 14,45

Зав. производством

Куликова Л.А.
Калиникова Г.Р.

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Калиникова Г.Р.