

СОГЛАСОВАНО

подпись _____
расшифровка подписи _____УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

должность



Груханова О.Ю.

подпись _____
расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 23.09.2025

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара


для обучающихся 7-11 лет



| Наименование блюда | Выход (г) | Цена (руб) | Ккал | Белки | Жиры | Углевод ы | № рецепт. |
|--|------------|---------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| завтрак | | | | | | | |
| Икра овощная кабачковая | 30 | | 66,83 | 1,36 | 3,59 | 7,19 | 3 |
| Фрикадельки из кур в томатном соусе | 50/30 | | 138,90 | 8,85 | 8,31 | 7,20 | 297,07 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150/5 | | 213,89 | 5,96 | 4,97 | 36,29 | 203 |
| Чай с молоком | 200/15 | | 81,00 | 1,52 | 1,35 | 15,90 | 378 |
| Хлеб пшеничный | 30 | | 74,93 | 2,20 | 0,90 | 15,00 | |
| Итого за завтрак | 510 | 78,68 | 575,55 | 19,89 | 19,12 | 81,58 | |
| обед | | | | | | | |
| Суп с рисом, курицей и зеленью | 200/15/1 | | 137,44 | 6,39 | 4,11 | 14,01 | 101 |
| Шницель рыбный натуральный с томатным соусом | 50/50 | | 153,74 | 8,76 | 8,98 | 9,61 | 235,07 |
| Картофельное пюре с квашеной капустой | 150/5/45 | | 201,47 | 4,00 | 10,27 | 23,26 | 312,08 |
| Напиток из шиповника | 180 | | 71,49 | 0,29 | 0,13 | 17,01 | 388 |
| Хлеб пшеничный | 40 | | 99,90 | 2,93 | 1,20 | 20,00 | |
| Хлеб ржаной | 40 | | 75,52 | 2,40 | 0,40 | 17,58 | |
| Итого за обед | 776 | 110,17 | 739,56 | 24,77 | 25,09 | 101,47 | |
| полдник | | | | | | | |
| Плюшка "Московская" | 150 | | 566,94 | 13,42 | 15,85 | 92,61 | 421,05 |
| Чай с сахаром | 200/10 | | 39,90 | | | 9,98 | 376 |
| Итого за полдник | 360 | 45 | 606,84 | 13,42 | 15,85 | 102,59 | |
| Итого за день: | | | 1 921,95 | 58,08 | 60,06 | 285,64 | |

Калькулятор

Повар-бригадир



 Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО

подпись _____
расшифровка подписи _____УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"Ген. директор _____
должность _____
подпись _____Трухтанова О.Ю.
расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 23.09.2025

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет



| Наименование блюда | Выход (г) | Цена (руб) | Ккал | Белки | Жиры | Углевод ы | № рецепт. |
|--|------------|------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| <u>завтрак</u> | | | | | | | |
| Икра овощная кабачковая | 30 | | 66,83 | 1,36 | 3,59 | 7,19 | 3 |
| Фрикадельки из кур в томатном соусе | 100 | | 153,57 | 9,07 | 9,32 | 8,33 | 297,5 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 180/5 | | 247,19 | 7,08 | 5,13 | 43,13 | 203 |
| Чай с молоком | 200/15 | | 81,00 | 1,52 | 1,35 | 15,90 | 378 |
| Хлеб пшеничный | 50 | | 124,88 | 3,67 | 1,50 | 25,00 | |
| Итого за завтрак | 580 | 99 | 673,47 | 22,70 | 20,89 | 99,55 | |
| <u>обед</u> | | | | | | | |
| Суп с рисом, курицей и зеленью | 250/15/1 | | 167,85 | 6,83 | 5,19 | 17,56 | 101 |
| Шницель рыбный натуральный с томатным соусом | 100 | | 153,74 | 8,76 | 8,98 | 9,61 | 235,07 |
| Картофельное пюре с квашеной капустой | 230 | | 272,14 | 4,61 | 10,45 | 27,64 | 312 |
| Напиток из шиповника | 180 | | 71,49 | 0,29 | 0,13 | 17,01 | 388 |
| Хлеб пшеничный | 60 | | 149,85 | 4,40 | 1,80 | 30,00 | |
| Хлеб ржаной | 60 | | 113,29 | 3,60 | 0,60 | 26,38 | |
| Итого за обед | 896 | 129 | 928,36 | 28,49 | 27,15 | 128,20 | |
| Итого за день: | | | 1 601,83 | 51,19 | 48,04 | 227,75 | |

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"подпись _____
расшифровка подписи _____

Ген. директор _____

должность

подпись _____

Труханова О.Ю.
расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 24.09.2025

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



| Наименование блюда | Выход (г) | Цена (руб) | Ккал | Белки | Жиры | Углевод ы | № рецепт. |
|---------------------------------------|------------|--------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 30/10/15 | | 208,00 | 5,78 | 13,55 | 15,50 | 3 |
| Каша рисовая вязкая молочная с маслом | 200/5 | | 261,86 | 6,01 | 7,07 | 43,39 | 174 |
| Чай с лимоном | 200/7/10 | | 42,28 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 377 |
| Хлеб пшеничный | 30 | | 74,93 | 2,20 | 0,90 | 15,00 | |
| Итого за завтрак | 507 | 58,67 | 587,07 | 14,05 | 21,53 | 84,08 | |
| обед | | | | | | | |
| Икра овощная кабачковая | 60 | | 133,67 | 2,72 | 7,18 | 14,39 | 3 |
| Суп картофельный с горохом и зеленью | 200/1 | | 142,39 | 4,72 | 5,44 | 15,49 | 102 |
| Кнели куриные с томатным соусом | 50/50 | | 122,28 | 8,48 | 6,73 | 6,92 | 301,11 |
| Каша пшеничная рассыпчатая 150/5 | 150/5 | | 242,60 | 6,93 | 6,11 | 39,94 | 171 |
| Компот ягодный | 180 | | 66,05 | 0,20 | 0,12 | 15,69 | 345 |
| Хлеб пшеничный | 40 | | 99,90 | 2,93 | 1,20 | 20,00 | |
| Хлеб ржаной | 40 | | 75,52 | 2,40 | 0,40 | 17,58 | |
| Итого за обед | 776 | 76,05 | 882,41 | 28,38 | 27,18 | 130,01 | |
| полдник | | | | | | | |
| Пирожок с яблоком 75 | 75 | | 238,91 | 5,05 | 5,59 | 42,10 | 470 |
| Компот из сухофруктов | 180 | | 93,84 | 0,01 | | 17,70 | 349 |
| Итого за полдник | 255 | 45 | 332,75 | 5,06 | 5,59 | 59,80 | |
| Итого за день: | | | 1 802,23 | 47,49 | 54,3 | 273,89 | |

Калькулятор

Повар-бригадир



 Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО

подпись _____
расшифровка подписи _____

Ген. директор _____

должность _____

подпись _____

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"Труханова О.Ю.
расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 24.09.2025

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет



| Наименование блюда | Выход (г) | Цена (руб) | Ккал | Белки | Жиры | Углевод ы | № рецепт. |
|---|------------|------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 30/10/15 | | 208,00 | 5,78 | 13,55 | 15,50 | 3 |
| Каша рисовая вязкая молочная с маслом и сахаром | 250/5 | | 315,98 | 7,50 | 7,80 | 53,73 | 174 |
| Чай с лимоном | 200/7/10 | | 42,28 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 377 |
| Хлеб пшеничный | 50 | | 124,88 | 3,67 | 1,50 | 25,00 | |
| Итого за завтрак | 577 | 99 | 691,14 | 17,01 | 22,86 | 104,42 | |
| обед | | | | | | | |
| Икра овощная кабачковая | 100 | | 222,78 | 4,53 | 11,96 | 23,98 | 3 |
| Суп картофельный с горохом и зеленью | 250/1 | | 166,65 | 5,90 | 5,55 | 19,34 | 102 |
| Кнели куриные с томатным соусом | 100 | | 136,90 | 9,00 | 7,86 | 7,39 | 301,5 |
| Каша пшеничная рассыпчатая 180/5 | 180/5 | | 283,64 | 8,31 | 6,50 | 47,92 | 171,1 |
| Компот ягодный | 180 | | 66,05 | 0,20 | 0,12 | 15,69 | 345 |
| Хлеб пшеничный | 60 | | 149,85 | 4,40 | 1,80 | 30,00 | |
| Хлеб ржаной | 60 | | 113,29 | 3,60 | 0,60 | 26,38 | |
| Итого за обед | 936 | 129 | 1 139,16 | 35,94 | 34,39 | 170,70 | |
| Итого за день: | | | 1 830,3 | 52,95 | 57,25 | 275,12 | |

Калькулятор

Повар-бригадир



 Азарова Евгения Анатольевна