

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"подпись _____
расшифровка подписи _____

Ген. директор _____

должность _____

подпись _____

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 20.01.2026
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
Тефтели мясные тушеные в томатном соусе	50/30		207,83	5,92	15,82	10,35	279,5
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5		201,15	5,61	5,95	31,30	203,19
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	80,75	631,74	16,61	27,61	79,74	
обед							
Суп с рисом, курицей и зеленью	200/15/1		119,00	6,39	4,11	14,01	101
Биточки рыбные с томатно-сметанным соусом	50/50		168,39	7,49	10,49	10,94	234,09
Картофельное пюре с маслом и 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	109,16	735,77	23,50	26,60	102,80	
полдник							
Плюшка "Московская"	100		383,45	8,95	11,17	61,74	421
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Итого за полдник	310	37,48	423,35	8,95	11,17	71,72	
Итого за день:			1 790,86	49,06	65,38	254,26	

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

должность

подпись

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи



МЕНЮ НА 20.01.2026

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 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
Тефтели мясные тушеные в томатном соусе	50/50		222,50	6,14	16,83	11,48	279,5
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	90,68	742,4	19,77	28,40	102,70	
обед							
Суп с рисом, курицей и зеленью	250/15/1		148,75	7,99	5,14	17,51	101,05
Биточки рыбные с томатно-сметанным соусом	50/50		168,39	7,49	10,49	10,94	234,09
Картофельное пюре с маслом и квашеной капустой	180/5/45		193,73	3,96	8,21	26,00	312,03
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	126,96	845,5	27,73	26,37	127,84	
Итого за день:			1 587,9	47,5	54,77	230,54	

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"



подпись _____
" " _____ г.
расшифровка подписи _____

Ген. директор

должность

подпись

Трухтанова О.Ю.
расшифровка подписи

МЕНЮ НА 21.01.2026

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

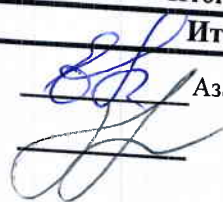


для обучающихся 7-11 лет

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15		208,00	5,78	13,55	15,50	3
Каша рисовая молочная с маслом	200/5		261,86	6,01	7,07	43,39	174
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Итого за завтрак	507	80,75	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		130,00	4,72	5,44	15,49	102
Кнели куриные с томатным соусом	50/50		122,28	8,48	6,73	6,92	301,11
Вермишель отварная с маслом	150/5		194,00	5,60	4,80	31,90	203
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	109,16	821,42	27,05	25,87	121,97	
полдник							
Пирожок с яблоком 100	100		273,00	5,67	5,13	50,77	470
Компот из сухофруктов	200		94,82	0,01		18,91	349
Итого за полдник	300	37,48	367,82	5,68	5,13	69,68	
Итого за день:			1 776,31	46,78	52,53	275,73	

Калькулятор

Повар-бригадир

 Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



подпись _____ расшифровка подписи _____

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор _____

должность _____

подпись _____

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 21.01.2026

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

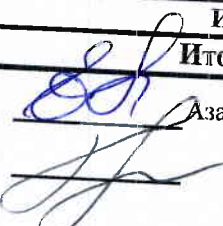
для обучающихся 11-18 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15		208,00	5,78	13,55	15,50	3
Каша рисовая 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	90,68	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		138,17	5,60	4,89	17,94	102,11
Кнели куриные с томатным соусом	50/50		122,28	8,48	6,73	6,92	301,11
Вермишель отварная с маслом	180/5		247,19	7,08	5,13	43,13	203
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	126,96	1 059,61	33,89	31,23	164,04	
Итого за день:			1 750,75	50,9	54,09	268,46	

Калькулятор

Повар-бригадир


 Азарова Евгения Анатольевна