

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"подпись \_\_\_\_\_  
расшифровка подписи \_\_\_\_\_

Ген. директор \_\_\_\_\_

Труханова О.Ю.

должность \_\_\_\_\_

подпись \_\_\_\_\_

расшифровка подписи \_\_\_\_\_

**МЕНЮ НА 24.03.2026**  
**МБОУ "Школа №116" г.о. Самара**

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<b><u>завтрак</u></b>							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Плов из птицы	280		490,70	20,41	18,40	60,69	291
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>547</b>	<b>80,75</b>	<b>698,6</b>	<b>23,41</b>	<b>26,81</b>	<b>91,01</b>	
<b><u>обед</u></b>							
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью	200/5/1		98,18	1,89	4,45	12,63	96,01
Тефтели рыбные с томатно-сметанным соусом	50/50		136,76	7,29	7,20	10,66	239
Картофельное пюре с огурцом	150/5/30		131,61	3,12	4,31	20,07	312,11
Напиток из шиповника	180		71,49	0,29	0,13	17,01	388
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
<b>Итого за обед</b>	<b>771</b>	<b>109,16</b>	<b>663,41</b>	<b>19,39</b>	<b>18,29</b>	<b>107,95</b>	
<b><u>полдник</u></b>							
Пирожок с капустой	100		261,58	7,49	7,38	41,13	406
Компот из лесных ягод	200		91,24	0,26	0,10	21,86	345
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>37,48</b>	<b>352,82</b>	<b>7,75</b>	<b>7,48</b>	<b>62,99</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1 714,83</b>	<b>50,55</b>	<b>52,58</b>	<b>261,95</b>	

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

подпись \_\_\_\_\_  
расшифровка подписи \_\_\_\_\_

Ген. директор

должность

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"Трухтанова О.Ю.  
расшифровка подписи

# МЕНЮ НА 24.03.2026

## МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<b>завтрак</b>							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Плов из птицы	280		490,70	20,41	18,40	60,69	291
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Итого за завтрак	567	90,68	748,55	24,88	27,41	101,01	
<b>обед</b>							
Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью	250/5/1		122,22	2,29	5,62	15,61	96,06
Тефтели рыбные с томатно-сметанным соусом	50/50		136,76	7,29	7,20	10,66	239
Картофельное пюре с огурцом	180/5/30		263,19	4,13	5,45	27,19	312,04
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	871	126,96	856,8	22,00	20,80	126,85	
Итого за день:			1 605,35	46,88	48,21	227,86	

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

Ген. директор

должность

подпись

Трухтанова О.Ю.  
расшифровка подписи

# МЕНЮ НА 25.03.2026

## МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<b>завтрак</b>							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Яйцо вареное	50		78,50	6,35	5,75	0,35	209
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
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	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>512</b>	<b>80,75</b>	<b>523,29</b>	<b>14,63</b>	<b>20,93</b>	<b>69,06</b>	
<b>обед</b>							
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Суп картофельный с вермишелью, курицей и зеленью	200/15/1		120,00	6,10	3,45	16,61	103
Капуста тушеная с мясом	250		419,31	15,46	31,93	16,74	321
Компот из сухофруктов	180		93,84	0,01		17,70	349
<b>Итого за обед</b>	<b>736</b>	<b>109,16</b>	<b>833,55</b>	<b>27,64</b>	<b>37,28</b>	<b>93,63</b>	
<b>полдник</b>							
Рулет с маком	100		333,83	8,98	12,64	46,00	701
Напиток из шиповника	200		101,60	0,32	0,14	24,44	388
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>37,48</b>	<b>435,43</b>	<b>9,30</b>	<b>12,78</b>	<b>70,44</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1 792,27</b>	<b>51,57</b>	<b>70,99</b>	<b>233,13</b>	

Калькулятор

Повар-бригадир


 Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО

подпись \_\_\_\_\_  
расшифровка подписи \_\_\_\_\_УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

Ген. директор \_\_\_\_\_

должность \_\_\_\_\_

подпись \_\_\_\_\_

Трухтанова О.Ю.  
расшифровка подписи \_\_\_\_\_

# МЕНЮ НА 25.03.2026

## МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<b>завтрак</b>							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Яйцо вареное	50		78,50	6,35	5,75	0,35	209
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	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>582</b>	<b>90,68</b>	<b>627,36</b>	<b>17,59</b>	<b>22,26</b>	<b>89,40</b>	
<b>обед</b>							
Суп картофельный с вермишелью, курицей и зеленью	250/15/1		150,00	7,63	4,31	20,76	103,07
Капуста тушеная с мясом	280		442,28	16,23	32,98	19,25	321
Компот из сухофруктов	180		93,84	0,01		17,70	349
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Хлеб ржаной	60		113,29	3,60	0,60	26,38	
<b>Итого за обед</b>	<b>846</b>	<b>126,96</b>	<b>949,26</b>	<b>31,87</b>	<b>39,69</b>	<b>114,09</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1 576,62</b>	<b>49,46</b>	<b>61,95</b>	<b>203,49</b>	

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир