

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

должность



Трухтанова С.Ю.

расшифровка подписи

## МЕНЮ НА 10.11.2025

### МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



| Наименование блюда                             | Выход (г)  | Цена (руб)   | Ккал            | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы  | №<br>рецепт. |
|--|------------|--------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| <b>завтрак</b>                                 |            |              |                 |              |              |               |              |
| Сыр порционно                                  | 15         |              | 53,75           | 3,48         | 4,43         |               | 15           |
| Печенье порционно                              | 50         |              | 217,10          | 4,58         | 3,89         | 41,52         |              |
| Каша молочная "Дружба" с маслом                | 200/5      |              | 226,94          | 6,09         | 7,39         | 33,82         | 175          |
| Чай с сахаром                                  | 200/10     |              | 39,90           |              |              | 9,98          | 376          |
| Хлеб пшеничный                                 | 40         |              | 99,90           | 2,93         | 1,20         | 20,00         |              |
| <b>Итого за завтрак</b>                        | <b>520</b> | <b>58,67</b> | <b>637,59</b>   | <b>17,08</b> | <b>16,91</b> | <b>105,32</b> |              |
| <b>обед</b>                                    |            |              |                 |              |              |               |              |
| Суп картофельный с горохом и зеленью           | 200/1      |              | 142,39          | 4,72         | 5,44         | 15,49         | 102          |
| Котлета из мяса в томатном соусе 50/50         | 100        |              | 228,92          | 6,58         | 18,64        | 8,75          | 268,5        |
| Вермишель отварная с маслом и кабачковой икрой | 150/5/30   |              | 280,72          | 7,32         | 8,56         | 43,49         | 203,12       |
| Компот из свежих яблок и кураги                | 180        |              | 99,27           | 0,98         | 0,10         | 23,33         | 348,1        |
| Хлеб пшеничный                                 | 40         |              | 99,90           | 2,93         | 1,20         | 20,00         |              |
| Хлеб ржаной                                    | 40         |              | 75,52           | 2,40         | 0,40         | 17,58         |              |
| <b>Итого за обед</b>                           | <b>746</b> | <b>76,05</b> | <b>926,72</b>   | <b>24,93</b> | <b>34,34</b> | <b>128,64</b> |              |
| <b>полдник</b>                                 |            |              |                 |              |              |               |              |
| Плюшка "Московская"                            | 150        |              | 566,94          | 13,42        | 15,85        | 92,61         | 421,05       |
| Компот из сухофруктов                          | 200        |              | 94,82           | 0,01         |              | 18,91         | 349          |
| <b>Итого за полдник</b>                        | <b>350</b> | <b>45</b>    | <b>661,76</b>   | <b>13,43</b> | <b>15,85</b> | <b>111,52</b> |              |
| <b>Итого за день:</b>                          |            |              | <b>2 226,07</b> | <b>55,44</b> | <b>67,1</b>  | <b>345,48</b> |              |

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

подпись \_\_\_\_\_  
 " " \_\_\_\_\_ г.  
 расшифровка подписи \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ  
 ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор \_\_\_\_\_

должность \_\_\_\_\_

подпись \_\_\_\_\_

Грухтанова О.Ю.  
 расшифровка подписи \_\_\_\_\_



# МЕНЮ НА 10.11.2025

## МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет

| Наименование блюда                             | Выход (г)  | Цена (руб) | Ккал            | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы  | №<br>рецепт. |
|--|------------|------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| <b>завтрак</b>                                 |            |            |                 |              |              |               |              |
| Сыр порционно                                  | 15         |            | 53,75           | 3,48         | 4,43         |               | 15           |
| Каша молочная "Дружба" с маслом                | 250/5      |            | 274,85          | 7,67         | 8,22         | 42,31         | 175          |
| Печенье порционно                              | 50         |            | 217,10          | 4,58         | 3,89         | 41,52         |              |
| Чай с сахаром                                  | 200/10     |            | 39,90           |              |              | 9,98          | 376          |
| Хлеб пшеничный                                 | 50         |            | 124,88          | 3,67         | 1,50         | 25,00         |              |
| <b>Итого за завтрак</b>                        | <b>580</b> | <b>99</b>  | <b>710,48</b>   | <b>19,40</b> | <b>18,04</b> | <b>118,81</b> |              |
| <b>обед</b>                                    |            |            |                 |              |              |               |              |
| Суп картофельный с горохом и зеленью           | 250/1      |            | 166,65          | 5,90         | 5,55         | 19,34         | 102          |
| Котлета из мяса в томатном соусе 50/50         | 100        |            | 228,92          | 6,58         | 18,64        | 8,75          | 268,5        |
| Вермишель отварная с маслом и кабачковой икрой | 215        |            | 314,02          | 8,44         | 8,72         | 50,33         | 203          |
| Компот из свежих яблок и кураги                | 180        |            | 99,27           | 0,98         | 0,10         | 23,33         | 348,1        |
| 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>866</b> | <b>129</b> | <b>1 072</b>    | <b>29,90</b> | <b>35,41</b> | <b>158,13</b> |              |
| <b>Итого за день:</b>                          |            |            | <b>1 782,48</b> | <b>49,3</b>  | <b>53,45</b> | <b>276,94</b> |              |

Калькулятор

Повар-бригадир

*Е.А. Азарова*  
 \_\_\_\_\_  
*Е.А. Азарова*

Азарова Евгения Анатольевна