

СОГЛАСОВАНО

подпись _____
" " _____ Г. расшифровка подписи

Ген. директор _____

должность

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 20.11.2025
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 повидлом	30/40		179,80	3,12	1,16	40,06	2,03
Омлет натуральный	180/5		254,96	16,83	19,28	3,47	210
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Итого за завтрак	505	78,68	574,56	22,88	21,64	73,51	
обед							
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	200/5/1		91,85	1,66	5,16	7,61	88
Мясо духовое с картофелем и свежим огурцом	250/30		513,15	14,29	34,28	26,82	258
Компот из свежих яблок	180		76,77	0,14	0,14	18,50	342
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	746	110,17	857,19	21,42	41,18	90,51	
полдник							
Гребешок с молоком сгущенным	100		453,47	12,90	9,78	78,41	405,16
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Итого за полдник	317	45	495,75	12,96	9,79	88,60	
Итого за день:			1 927,5	57,26	72,61	252,62	

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



подпись _____
 " " _____ г.
 расшифровка подписи _____



Ген. директор _____
 должность _____
 Труханова О.Ю.
 расшифровка подписи _____

УТВЕРЖДАЮ
 ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

МЕНЮ НА 20.11.2025


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 повидлом	40/45		217,30	3,18	1,16	49,81	2,06
Омлет натуральный	200/5		343,73	20,94	27,09	3,97	210
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Итого за завтрак	550	99	725,81	27,79	29,75	88,76	
обед							
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	250/5/1		111,63	2,02	6,20	9,36	88
Мясо духовое с картофелем и свежим огурцом	280/30		548,14	14,86	35,38	31,04	258,16
Компот из свежих яблок	180		76,77	0,14	0,14	18,50	342
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	866	129	999,68	25,02	44,12	115,28	
Итого за день:			1 725,49	52,81	73,87	204,04	

Калькулятор
 Повар-бригадир



 Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



подпись _____
 " " _____ г.
 расшифровка подписи _____

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

должность



Грухтанова О.Ю.
 расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 21.11.2025

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Яблоко	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Каша "Геркулес" молочная вязкая с маслом	200/5		265,82	8,34	9,31	37,01	173
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Итого за завтрак	565	78,68	491,7	12,53	11,33	84,73	
обед							
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/5/1		100,99	1,69	5,14	10,56	82
Плов из птицы со свежим огурцом	250/30		391,07	20,28	12,36	49,67	934,01
Компот из сухофруктов	180		93,84	0,01		17,70	349
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	746	110,17	761,32	27,31	19,10	115,51	
полдник							
Булочка с корицей	100		299,34	8,36	5,74	53,55	438
Компот из лесных ягод	200		91,24	0,26	0,10	21,86	345
Итого за полдник	300	45	390,58	8,62	5,84	75,41	
Итого за день:			1 643,6	48,46	36,27	275,65	

Калькулятор

Повар-бригадир


 Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



подпись _____
расшифровка подписи _____ г.



Ген. директор

должность

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 21.11.2025

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Яблоко	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Каша "Геркулес" молочная вязкая с маслом	250/5		320,93	10,42	10,61	45,75	173
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Итого за завтрак	615	99	546,81	14,61	12,63	93,47	
обед							
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	250/5/1		128,04	2,19	6,17	14,12	82
Плов из птицы со свежим огурцом	310		494,90	20,65	18,43	61,44	291,16
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	
Итого за обед	866	129	979,92	30,85	27,00	149,64	
Итого за день:			1 526,73	45,46	39,63	243,11	

Калькулятор
Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"подпись _____
" " _____ г.
расшифровка подписи _____

Ген. директор

должность

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 24.11.2025
МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ рецепт.
завтрак							
Сыр порционнно	15		53,75	3,48	4,43		15
Яблоко	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
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	
Итого за завтрак	570	78,68	481,59	13,02	13,54	76,54	
обед							
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	
Итого за обед	746	110,17	926,72	24,93	34,34	128,64	
полдник							
Плюшка "Московская"	150		566,94	13,42	15,85	92,61	421,05
Компот из сухофруктов	200		94,82	0,01		18,91	349
Итого за полдник	350	45	661,76	13,43	15,85	111,52	
Итого за день:			2 070,07	51,38	63,73	316,7	

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

подпись _____
" " _____ г.
расшифровка подписи _____

Ген. директор

должность

подпись

Труханова О.Ю.
расшифровка подписи

МЕНЮ НА 24.11.2025

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
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
Яблоко	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Итого за завтрак	630	99	554,48	15,34	14,67	90,03	
обед							
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	
Итого за обед	866	129	1 072	29,90	35,41	158,13	
Итого за день:			1 626,48	45,24	50,08	248,16	

Калькулятор

Повар-бригадир

(Handwritten signature)

Азарова Евгения Анатольевна