

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

должность

подпись

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 25.12.2025

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	150/20		329,85	21,21	11,95	33,58	224
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Яблоко	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
Итого за завтрак	510	58,67	505,78	23,93	13,37	71,30	
обед							
Икра свекольная	60		84,83	1,04	5,06	8,70	75,02
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	200/5/1		91,85	1,66	5,16	7,61	88
Фрикадельки из кур в томатном соусе	50/50		153,57	9,07	9,32	8,33	297,5
Гороховое пюре с маслом	150/5		132,00	7,60	4,70	14,80	199,12
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Компот ягодный	180		66,05	0,20	0,12	15,69	345
Итого за обед	791	76,05	728,7	25,64	26,26	97,71	
полдник							
Булочка с корицей	100		299,34	8,36	5,74	53,55	438
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Итого за полдник	317	45	341,62	8,42	5,75	63,74	
Итого за день:			1 576,1	57,99	45,38	232,75	

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



подпись _____
 " " _____ г.

УТВЕРЖДАЮ
 ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

должность

подпись

Труханова О.Ю.
 расшифровка подписи



МЕНЮ НА 25.12.2025

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
Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	180/20		383,96	25,04	14,05	38,40	224
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Итого за завтрак	560	99	609,84	29,23	16,07	86,12	
обед							
Икра свекольная	100		131,46	1,65	7,10	15,12	62,04
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	250/5/1		111,63	2,02	6,20	9,36	88
Фрикадельки из кур в томатном соусе	100		153,57	9,07	9,32	8,33	297,5
Гороховое пюре с маслом	180/5		158,40	9,12	5,60	17,80	199,01
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	941	129	884,25	30,06	30,74	122,68	
Итого за день:			1 494,09	59,29	46,81	208,8	

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

Труханова О.Ю.
расшифровка подписи

должность подпись

МЕНЮ НА 26.12.2025

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5		247,19	7,08	5,13	43,13	203
Тефтели мясные тушеные в томатном соусе	50/30		207,83	5,92	15,82	10,35	279,5
Кофейный напиток с молоком	200		86,85	1,45	1,25	17,37	379
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
Итого за завтрак	505	58,67	682,52	16,66	30,30	85,98	
обед							
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/5/1		100,99	1,69	5,14	10,56	82
Плов из птицы с соленым огурцом	250/30		462,27	19,97	18,34	54,25	291,12
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
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	778,58	26,99	25,08	112,37	
полдник							
Пирожок с картофелем	100		367,87	8,22	11,05	53,90	405,17
Компот из свежих яблок	200		78,65	0,16	0,16	18,89	342
Итого за полдник	300	45	446,52	8,38	11,21	72,79	
Итого за день:			1 907,62	52,03	66,59	271,14	

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



подпись _____
 " " _____ г.
 расшифровка подписи _____

УТВЕРЖДАЮ
 ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"



Ген. директор _____
 должность _____
 подпись _____
 расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 26.12.2025

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара



для обучающихся 11-18 лет

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Тефтели мясные тушеные в томатном соусе	100		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
Кофейный напиток с молоком	200		86,85	1,45	1,25	17,37	379
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Итого за завтрак	555	99	772,11	19,08	32,21	102,11	
обед							
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	250/5/1		128,04	2,19	6,17	14,12	82
Плов из птицы с соленым огурцом	280/30		493,35	20,64	18,43	61,13	291,15
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
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	924,43	30,83	27,00	141,61	
Итого за день:			1 696,54	49,91	59,21	243,72	

Калькулятор
 Повар-бригадир

 Азарова Евгения Анатольевна