

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

подпись \_\_\_\_\_

расшифровка подписи \_\_\_\_\_

Ген. директор \_\_\_\_\_

должность \_\_\_\_\_

подпись \_\_\_\_\_

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи \_\_\_\_\_

# МЕНЮ НА 21.05.2026

## 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><u>завтрак</u></b>                      |            |               |                 |              |              |               |              |
| 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         |              |
| <b>Итого за завтрак</b>                    | <b>505</b> | <b>80,75</b>  | <b>574,56</b>   | <b>22,88</b> | <b>21,64</b> | <b>73,51</b>  |              |
| <b><u>обед</u></b>                         |            |               |                 |              |              |               |              |
| Хлеб ржаной                                | 40         |               | 75,52           | 2,40         | 0,40         | 17,58         |              |
| Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью | 200/5/1    |               | 83,00           | 1,66         | 5,16         | 7,61          | 88,12        |
| Мясо духовое с картофелем и 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         |              |
| <b>Итого за обед</b>                       | <b>746</b> | <b>109,16</b> | <b>848,34</b>   | <b>21,42</b> | <b>41,18</b> | <b>90,51</b>  |              |
| <b><u>полдник</u></b>                      |            |               |                 |              |              |               |              |
| 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          |
| <b>Итого за полдник</b>                    | <b>317</b> | <b>37,48</b>  | <b>495,75</b>   | <b>12,96</b> | <b>9,79</b>  | <b>88,60</b>  |              |
| <b>Итого за день:</b>                      |            |               | <b>1 918,65</b> | <b>57,26</b> | <b>72,61</b> | <b>252,62</b> |              |

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

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

Ген. директор

должность

подпись

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

# МЕНЮ НА 22.05.2026

## МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



| Наименование блюда                           | Выход<br>(г) | Цена<br>(руб) | Ккал            | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы  | №<br>рецепт. |
|--|--------------|---------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| <b><u>завтрак</u></b>                        |              |               |                 |              |              |               |              |
| Фрукт сезонный                               | 100          |               | 61,10           | 0,52         | 0,52         | 12,74         | 338,16       |
| Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом   | 200/5        |               | 265,82          | 8,34         | 9,31         | 37,01         | 173          |
| Хлеб пшеничный                               | 50           |               | 124,88          | 3,67         | 1,50         | 25,00         |              |
| Чай с сахаром                                | 200/10       |               | 39,90           |              |              | 9,98          | 376          |
| <b>Итого за завтрак</b>                      | <b>565</b>   | <b>80,75</b>  | <b>491,7</b>    | <b>12,53</b> | <b>11,33</b> | <b>84,73</b>  |              |
| <b><u>обед</u></b>                           |              |               |                 |              |              |               |              |
| Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью | 200/5/1      |               | 91,00           | 1,58         | 4,69         | 10,40         | 82,04        |
| 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         |              |
| <b>Итого за обед</b>                         | <b>746</b>   | <b>109,16</b> | <b>751,33</b>   | <b>27,20</b> | <b>18,65</b> | <b>115,35</b> |              |
| <b><u>полдник</u></b>                        |              |               |                 |              |              |               |              |
| 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          |
| <b>Итого за полдник</b>                      | <b>300</b>   | <b>37,48</b>  | <b>390,58</b>   | <b>8,62</b>  | <b>5,84</b>  | <b>75,41</b>  |              |
| <b>Итого за день:</b>                        |              |               | <b>1 633,61</b> | <b>48,35</b> | <b>35,82</b> | <b>275,49</b> |              |

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО



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

" " " " г.

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

Ген. директор

Труханова О.Ю.

должность

подпись

расшифровка подписи

# МЕНЮ НА 25.05.2026

## 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           |
| Каша молочная "Дружба" с маслом                | 200/5      |               | 226,94          | 6,09         | 7,39         | 33,82         | 175          |
| Курага   | 20         |               | 34,80           | 0,80         | 0,05         | 8,30          | 122          |
| 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>500</b> | <b>80,75</b>  | <b>480,27</b>   | <b>14,04</b> | <b>13,37</b> | <b>77,10</b>  |              |
| <b>обед</b>                                    |            |               |                 |              |              |               |              |
| Суп картофельный с горохом и зеленью           | 200/1      |               | 130,00          | 4,72         | 5,44         | 15,49         | 102          |
| Котлета из мяса с томатным соусом 50/50        | 100        |               | 228,92          | 6,58         | 18,64        | 8,75          | 268,5        |
| Вермишель отварная с маслом и кабачковой икрой | 150/5/30   |               | 224,18          | 6,05         | 6,14         | 36,16         | 203,13       |
| 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         |              |
| <b>Итого за обед</b>                           | <b>746</b> | <b>109,16</b> | <b>835,29</b>   | <b>22,82</b> | <b>31,96</b> | <b>116,48</b> |              |
| <b>полдник</b>                                 |            |               |                 |              |              |               |              |
| Плюшка "Московская"                            | 100        |               | 383,45          | 8,95         | 11,17        | 61,74         | 421          |
| Компот из сухофруктов                          | 200        |               | 94,82           | 0,01         |              | 18,91         | 349          |
| <b>Итого за полдник</b>                        | <b>300</b> | <b>37,48</b>  | <b>478,27</b>   | <b>8,96</b>  | <b>11,17</b> | <b>80,65</b>  |              |
| <b>Итого за день:</b>                          |            |               | <b>1 793,83</b> | <b>45,82</b> | <b>56,5</b>  | <b>274,23</b> |              |

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО



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

 УТВЕРЖДАЮ  
 ООО "Технология"

Ген. директор

должность

подпись

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи

# МЕНЮ НА 25.05.2026

## 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          |
| Курага   | 20         |               | 34,80           | 0,80         | 0,05         | 8,30          | 122          |
| Чай с сахаром                                  | 200/10     |               | 39,90           |              |              | 9,98          | 376          |
| Хлеб пшеничный                                 | 60         |               | 149,85          | 4,40         | 1,80         | 30,00         |              |
| <b>Итого за завтрак</b>                        | <b>560</b> | <b>90,68</b>  | <b>553,15</b>   | <b>16,35</b> | <b>14,50</b> | <b>90,59</b>  |              |
| <b>обед</b>                                    |            |               |                 |              |              |               |              |
| Суп картофельный с горохом и зеленью           | 250/1      |               | 138,17          | 5,60         | 4,89         | 17,94         | 102,11       |
| Котлета из мяса с томатным соусом 50/50        | 100        |               | 228,92          | 6,58         | 18,64        | 8,75          | 268,5        |
| Вермишель отварная с маслом и кабачковой икрой | 180/5/30   |               | 269,02          | 7,26         | 7,37         | 43,39         | 203,2        |
| 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         |              |
| <b>Итого за обед</b>                           | <b>866</b> | <b>126,96</b> | <b>976,02</b>   | <b>27,58</b> | <b>33,44</b> | <b>144,96</b> |              |
| <b>Итого за день:</b>                          |            |               | <b>1 529,17</b> | <b>43,93</b> | <b>47,94</b> | <b>235,55</b> |              |

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

Ген. директор

Труханова О.Ю.

должность

подпись

расшифровка подписи

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

" " \_\_\_\_\_ г.

# МЕНЮ НА 26.05.2026

## 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><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   |               | 192,54          | 3,52         | 5,27         | 22,81         | 312,09       |
| 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>724,34</b>   | <b>19,79</b> | <b>19,25</b> | <b>110,69</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>1 775,76</b> | <b>50,95</b> | <b>53,54</b> | <b>264,69</b> |              |

Калькулятор


 Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

Ген. директор

Трухтанова О.Ю.

подпись расшифровка подписи

должность

подпись

расшифровка подписи

# МЕНЮ НА 26.05.2026

## 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><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                                 | 60         |               | 149,85          | 4,40         | 1,80         | 30,00         |              |
| <b>Итого за завтрак</b>                        | <b>567</b> | <b>90,68</b>  | <b>748,55</b>   | <b>24,88</b> | <b>27,41</b> | <b>101,01</b> |              |
| <b><u>обед</u></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   |               | 222,19          | 4,13         | 5,45         | 27,19         | 312,1        |
| 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         |              |
| <b>Итого за обед</b>                           | <b>871</b> | <b>126,96</b> | <b>815,8</b>    | <b>22,00</b> | <b>20,80</b> | <b>126,85</b> |              |
| <b>Итого за день:</b>                          |            |               | <b>1 564,35</b> | <b>46,88</b> | <b>48,21</b> | <b>227,86</b> |              |

Калькулятор


 Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир