

СОГЛАСОВАНО



подпись _____

расшифровка подписи _____

" " г. _____

УТВЕРЖДАЮ

ООО "Технология Питания"

Ген. директор _____

должность _____

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 10.09.2026

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Сыр порционно	15		52,50	3,48	4,43		15
Запеканка рисовая с творогом и повидлом	200/20		342,90	14,18	8,93	61,08	283,05
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Итого за завтрак	505	85	585,15	22,06	15,16	101,06	
обед							
Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/5/1		83,00	1,66	5,16	7,61	88,12
Тефтели куриные с томатно-сметанным соусом	50/50		134,59	6,60	8,21	8,57	294,01
Каша перловая с овощами и огурцом	150/5		282,15	4,80	14,68	32,58	171,17
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	721	114,91	751,93	18,53	29,79	104,84	
полдник							
Гребешок с молоком сгущенным	100		305,22	11,76	10,20	73,17	405,16
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Итого за полдник	317	39,46	347,5	11,82	10,21	83,36	
Итого за день:			1 684,58	52,41	55,16	289,26	

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО



подпись _____ расшифровка подписи _____



УТВЕРЖДАЮ

ООО "Технология Питания"

Ген. директор

должность

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 10.09.2026

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		52,50	3,48	4,43		15
Запеканка рисовая с творогом и повидлом	250/20		463,80	17,76	11,19	73,01	283,06
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Итого за завтрак	555	95,46	706,05	25,64	17,42	112,99	
обед							
Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью	250/5/1		103,75	2,08	6,45	9,51	88,14
Тефтели куриные с томатно-сметанным соусом	50/50		134,59	6,60	8,21	8,57	294,01
Каша перловая с овощами и огурцом	180/5		306,72	5,43	14,75	37,92	171,19
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	841	133,65	884,97	22,25	31,95	130,88	
Итого за день:			1 591,02	47,89	49,37	243,87	

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО



подпись _____ расшифровка подписи _____

УТВЕРЖДАЮ

ООО "Технология Питания"

Ген. директор

должность _____

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи _____

**МЕНЮ НА 11.09.2026****МБОУ "Школа №116" г.о. Самара****для обучающихся 11-18 лет**

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<u>завтрак</u>							
Бутерброд с повидлом	30/40		179,80	3,12	1,16	40,06	2,03
Каша геркулесовая 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	585	95,46	665,51	17,21	13,27	120,79	
<u>обед</u>							
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	250/5/1		113,75	1,98	5,86	13,00	82,12
Плов из птицы со свежим огурцом	280/30		494,90	20,65	18,43	61,44	291,16
Компот из сухофруктов	180		79,10	0,01		15,58	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	133,65	950,89	30,64	26,69	146,40	
Итого за день:			1 616,4	47,85	39,96	267,19	

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология Питания"

Ген. директор

Тарабаева В.В.

должность

подпись

расшифровка подписи



МЕНЮ НА 11.09.2026

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
Каша геркулесовая 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	20		49,95	1,47	0,60	10,00	943
Итого за завтрак	505	85	535,47	12,93	11,07	97,05	
обед							
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		79,10	0,01		15,58	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	114,91	736,59	27,20	18,65	113,23	
полдник							
Булочка с корицей	100		260,50	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	39,46	351,74	8,62	5,84	75,41	
Итого за день:			1 623,8	48,75	35,56	285,69	

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология Питания"подпись _____
расшифровка подписи _____

Ген. директор

Тарабаева В.В.

должность

подпись

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 14.09.2026**МБОУ "Школа №116" г.о. Самара****для обучающихся 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<u>завтрак</u>							
Сыр порционно	15		52,50	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
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Итого за завтрак	507	85	481,4	14,10	13,38	77,31	
<u>обед</u>							
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	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Итого за обед	736	114,91	810,32	22,09	31,66	111,48	
<u>полдник</u>							
Компот из сухофруктов	200		82,60	0,01		16,64	349
Плюшка "Московская"	100		256,69	8,93	9,52	58,85	421,06
Итого за полдник	300	39,46	339,29	8,94	9,52	75,49	
Итого за день:			1 631,01	45,13	54,56	264,28	

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

ООО "Технология Питания"

Ген. директор

Тарабаева В.В.

должность

расшифровка подписи

**МЕНЮ НА 14.09.2026****МБОУ "Школа №116" г.о. Самара***для обучающихся 11-18 лет*

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<u>завтрак</u>							
Сыр порционно	15		52,50	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 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	95,46	554,28	16,41	14,51	90,80	
<u>обед</u>							
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	
Итого за обед	866	133,65	976,02	27,58	33,44	144,96	
Итого за день:			1 530,3	43,99	47,95	235,76	

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир