

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология Питания"

подпись _____
расшифровка подписи _____
" " " г.



Ген. директор

должность

подпись

Тарабаева В.В.
расшифровка подписи



МЕНЮ НА 16.09.2026

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	150/20		329,85	21,21	11,95	33,58	224
Фрукт сезонный	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
Итого за завтрак	510	85	505,78	23,93	13,37	71,30	
обед							
Салат "Деревенский" с зеленым горошком	60		70,20	1,04	4,15	5,86	42,06
Суп картофельный с вермишелью, курицей и зеленью	200/15/1		120,00	6,10	3,45	16,61	103
Капуста тушеная с мясом	250		333,67	14,83	24,10	14,37	321,1
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	786	114,91	778,39	27,31	33,30	90,00	
полдник							
Рулет с маком	100		243,83	8,98	12,64	46,00	701
Напиток из шиповника	200		101,60	0,32	0,14	24,44	388
Итого за полдник	300	39,46	345,43	9,30	12,78	70,44	
Итого за день:			1 629,6	60,54	59,45	231,74	

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО



подпись _____ расшифровка подписи _____

УТВЕРЖДАЮ

ООО "Технология Питания"

Ген. директор



должность _____ подпись _____

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 16.09.2026**МБОУ "Школа №116" г.о. Самара***для обучающихся 11-18 лет*

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	180/20		383,96	25,04	14,05	38,40	224
Фрукт сезонный	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	560	95,46	609,84	29,23	16,07	86,12	
обед							
Салат "Деревенский" с зеленым горошком	100		118,01	1,77	6,26	9,91	42,01
Суп картофельный с вермишелью, курицей и зеленью	250/15/1		143,65	6,49	5,73	18,97	103,07
Капуста тушеная с мясом	280		351,28	17,11	23,61	17,59	321,11
Компот из сухофруктов	180		79,10	0,01		15,58	349
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Хлеб ржаной	60		113,29	3,60	0,60	26,38	
Итого за обед	936	133,65	930,21	32,65	37,70	113,43	
Итого за день:			1 540,05	61,88	53,77	199,55	

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология Питания"

Ген. директор

Тарабаева В.В.

должность

подпись

расшифровка подписи

подпись _____
расшифровка подписи _____**МЕНЮ НА 17.09.2026****МБОУ "Школа №116" г.о. Самара****для обучающихся 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Яйцо вареное	50		78,50	6,35	5,75	0,35	209
Каша рисовая молочная с маслом	200/5		261,86	6,01	7,07	43,39	174
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
Итого за завтрак	512	85	523,29	14,63	20,93	69,06	
обед							
Винегрет овощной	60		85,82	0,86	6,11	5,50	67
Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/5/1		83,00	1,66	5,16	7,61	88,12
Котлеты по-домашнему с томатно-сметанным соусом	100		213,40	6,80	16,86	8,64	268
Гороховое пюре с маслом	150/5		132,00	7,60	4,70	14,80	199,12
Компот ягодный	180		66,05	0,20	0,12	15,69	345
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Итого за обед	791	114,91	780,67	23,19	34,85	94,82	
полдник							
Булочка с корицей	100		260,50	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	39,46	302,78	8,42	5,75	63,74	
Итого за день:			1 606,74	46,24	61,53	227,62	

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ
 ООО "Технология Питания"

Ген. директор

должность

Тарабаева В.В.

подпись расшифровка подписи



МЕНЮ НА 17.09.2026

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Яйцо вареное	50		78,50	6,35	5,75	0,35	209
Каша рисовая молочная с маслом и сахаром	250/5		315,98	7,50	7,80	53,73	174
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Итого за завтрак	582	95,46	627,36	17,59	22,26	89,40	
обед							
Винегрет овощной	100		133,00	1,24	10,16	7,44	67
Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью	250/5/1		103,75	2,08	6,45	9,51	88,14
Котлеты по-домашнему с томатно-сметанным соусом	100		213,40	6,80	16,86	8,64	268
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	133,65	937,74	27,44	41,59	115,46	
Итого за день:			1 565,1	45,03	63,85	204,86	

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир