

СОГЛАСОВАНО



подпись _____

расшифровка подписи _____

г. _____

УТВЕРЖДАЮ
"Технология Питания"

Ген. директор _____

должность _____

подпись _____

Тарабаева В.В.
расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 28.09.2026

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
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 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	507	85	481,4	14,10	13,38	77,31	
обед							
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	
полдник							
Плюшка "Московская"	100		256,69	8,93	9,52	58,85	421,06
Компот из сухофруктов	200		82,60	0,01		16,64	349
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

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



подпись _____ расшифровка подписи _____

г. _____

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология Питания"

Ген. директор _____

должность _____

подпись _____

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 28.09.2026

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
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	
обед							
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

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология Питания"подпись _____
расшифровка подписи _____

Ген. директор

должность _____

Тарабаева В.В.

подпись _____
расшифровка подписи _____**МЕНЮ НА 29.09.2026**
МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Икра овощная кабачковая	30		35,55	0,57	2,67	2,31	3
Шницель рубленый из птицы "Нежный" с соусом	50/50		160,36	7,52	7,69	15,50	294,14
Макаронные изделия отварные с маслом	200/5		244,89	7,28	3,99	44,97	203,23
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Итого за завтрак	585	85	580,6	18,30	15,55	92,76	
обед							
Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью	200/5/1		104,18	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		168,20	3,52	5,27	22,81	312,05
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	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Итого за обед	771	114,91	706	19,79	19,25	110,69	
полдник							
Пирожок с капустой	100		260,58	7,49	7,38	41,13	406
Компот из лесных ягод	200		91,24	0,26	0,10	21,86	345
Итого за полдник	300	39,46	351,82	7,75	7,48	62,99	
Итого за день:			1 638,42	45,84	42,28	266,44	

Калькулятор

Азарова Евгения Анатольевна

Повар-бригадир

АСОВАНО



письмо _____ расшифровка подписи _____

Г. _____

подпись _____ расшифровка подписи _____
" " _____ Г.

ООО "Технология Питания"

ДОЛЖНОСТИ

расшифровка подписи

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>							
Икра овощная кабачковая	30		35,55	0,57	2,67	2,31	3
Шницель рубленый из птицы "Нежный" с соусом	50/50		160,36	7,52	7,69	15,50	294,14
Макаронные изделия отварные с маслом	200/5		244,89	7,28	3,99	44,97	203,23
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Итого за завтрак	605	95,46	630,55	19,77	16,15	102,76	
<u>обед</u>							
Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью	250/5/1		122,80	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		263,19	4,13	5,45	27,19	312,04
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	
Итого за обед	871	133,65	857,38	22,00	20,80	126,85	
Итого за день:			1 487,93	41,77	36,95	229,61	

Калькулятор

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология Питания"подпись _____
расшифровка подписи _____

Ген. директор

должность

подпись _____

Тарабаева В.В.
расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 30.09.2026

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	

Азарова Евгения Анатольевна

Калькулятор

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология Питания"подпись _____
расшифровка подписи _____
" " _____ г.

Ген. директор

должность

Тарабаева В.В.

подпись _____
расшифровка подписи _____**МЕНЮ НА 30.09.2026**
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

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна