

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

ООО "Технология Питания"

подпись _____

расшифровка подписи _____

" " _____ г.

Ген. директор _____

должность _____

подпись _____

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 01.10.2026

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

СОГЛАСОВАНО

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

Ген. директор

должность

Тарабаева В.В.
расшифровка подписи _____**МЕНЮ НА 02.10.2026**
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
Макаронные изделия отварные с сыром	250/5		299,15	11,75	8,42	37,50	204,03
Кофейный напиток с молоком	200		78,71	1,89	1,34	14,78	379
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
Итого за завтрак	515	85	488,34	16,41	13,33	69,59	
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
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
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	796	114,91	747,34	28,66	19,25	117,63	
полдник							
Пирожок с картофелем	100		267,87	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	39,46	346,52	8,38	11,21	72,79	
Итого за день:			1 582,2	53,45	43,79	260,01	

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



подпись _____
 " " _____ г.

 УТВЕРЖДАЮ
 ООО "Технология Питания"

Ген. директор

должность



Тарабаева В.В.

подпись _____
 расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 02.10.2026

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

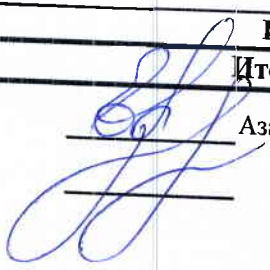
для обучающихся 11-18 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Икра овощная кабачковая	30		35,55	0,57	2,67	2,31	3
Макаронные изделия отварные с сыром	260/10/5		376,83	12,54	8,53	62,28	204,02
Кофейный напиток с молоком	200		78,71	1,89	1,34	14,78	379
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Итого за завтрак	565	95,46	640,94	19,40	14,34	109,37	
обед							
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
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	133,65	911,69	30,63	26,69	140,80	
Итого за день:			1 552,63	50,03	41,03	250,17	

Калькулятор

Повар-бригадир



 Азарова Евгения Анатольевна