

подпись _____ расшифровка подписи _____

ДОЛЖНОСТЬ

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Угледо 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	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Итого за завтрак	585	85	580,6	18,30	15,55	92,76	
<u>обед</u>							
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
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 ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Итого за обед	771	114,91	706	19,79	19,25	110,69	
<u>полдник</u>							
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 Александровна

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



подпись _____ расшифровка подписи _____

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология Питания"

Ген. директор _____

должность _____

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 13.10.2026

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
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	
обед							
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

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология Питания"подпись _____
расшифровка подписи _____

Ген. директор _____

Тарабаева В.В.
расшифровка подписи _____**МЕНЮ НА 14.10.2026**
МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
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

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



подпись _____ расшифровка подписи _____

УТВЕРЖДАЮ

ООО "Технология Питания"



Ген. директор _____

должность _____

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 14.10.2026

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

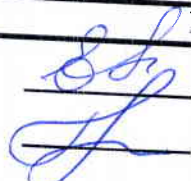
для обучающихся 11-18 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
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

СОГЛАСОВАНО



подпись _____ расшифровка подписи _____

" " " " " "

УТВЕРЖДАЮ

ООО "Технология Питания"

Ген. директор

должность



подпись

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 15.10.2026

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
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

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



подпись _____
расшифровка подписи _____

УТВЕРЖДАЮ

ООО "Технология Питания"

Ген. директор

должность

подпись _____

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 15.10.2026

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

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



подпись _____ расшифровка подписи _____

УТВЕРЖДАЮ

ООО "Технология Питания"

Ген. директор _____

должность _____

подпись _____

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 16.10.2026

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
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
Кофейный напиток с молоком	200		78,71	1,89	1,34	14,78	379
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

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология Питания"подпись _____
расшифровка подписи _____

Ген. директор

должность _____

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 16.10.2026
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

СОГЛАСОВАНО

подпись _____
расшифровка подписи _____

УТВЕРЖДАЮ

ООО "Технология Питания"

Ген. директор _____

должность _____

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 19.10.2026

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Фрукт сезонный	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Каша пшениная вязкая молочная с маслом	200/5		282,35	8,68	8,28	43,08	173
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	
Итого за завтрак	562	85	485,63	12,19	10,01	86,01	
обед							
Суп овощной с курицей, зеленью и сметаной	200/15/5		133,09	6,26	8,01	8,99	99
Мясо тушеное по-домашнему	/1						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом и морковной	100		252,17	13,93	20,71	2,51	256,04
икрой	150/5/20		206,29	8,70	6,12	39,10	171,32
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	756	114,91	846,07	34,23	36,44	103,76	
полдник							
Булочка с повидлом обсыпная	100		232,55	7,25	14,91	67,95	426
Снежок	200		108,00	5,80	5,00	8,40	386
Итого за полдник	300	39,46	340,55	13,05	19,91	76,35	
Итого за день:			1 672,25	59,47	66,36	266,12	

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

ООО "Технология Питания"

Ген. директор

должность

Тарабаева В.В.

расшифровка подписи



МЕНЮ НА 19.10.2026

МБОУ "Школа №116" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Фрукт сезонный	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Каша пшениная вязкая молочная с маслом	250/5		344,87	10,78	9,30	54,26	173
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	632	95,46	598,1	15,76	11,63	107,19	
обед							
Суп овощной с курицей, зеленью и сметаной	250/15/5 /1		169,24	6,65	9,06	11,24	99,03
Мясо тушеное по-домашнему	100		252,17	13,93	20,71	2,51	256,04
Каша гречневая рассыпчатая с маслом и морковной икрой	180/5/20		322,13	11,13	7,95	51,51	171,33
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	876	133,65	1 085,78	39,72	40,12	137,22	
Итого за день:			1 683,88	55,48	51,75	244,41	

Калькулятор

Повар-бригадир

Азарова Евгения Анатольевна