

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

должность

подпись

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи



# МЕНЮ НА 05.12.2025

## МБОУ "Школа №134" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет

| Наименование блюда                           | Выход<br>(г) | Цена<br>(руб) | Ккал     | Белки | Жиры  | Углевод<br>ы | №<br>рецепт. |
|----------------------------------------------|--------------|---------------|----------|-------|-------|--------------|--------------|
| <b>завтрак</b>                               |              |               |          |       |       |              |              |
| Яблоко                                       | 100          |               | 61,10    | 0,52  | 0,52  | 12,74        | 338,16       |
| Каша манная молоч вязкая с маслом            | 200/5        |               | 257,33   | 7,30  | 8,26  | 38,13        | 181,24       |
| Чай с сахаром                                | 200/10       |               | 39,90    |       |       | 9,98         | 376          |
| Батон пшеничный                              | 50           |               | 156,23   | 4,69  | 2,74  | 28,21        | 421          |
| Итого за завтрак                             | 565          | 58,67         | 514,56   | 12,51 | 11,52 | 89,06        |              |
| <b>обед</b>                                  |              |               |          |       |       |              |              |
| Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью | 200/5/1      |               | 100,99   | 1,69  | 5,14  | 10,56        | 82           |
| Плов из птицы со свежим огурцом              | 250/30       |               | 391,07   | 20,28 | 12,36 | 49,67        | 934,01       |
| Компот из сухофруктов                        | 180          |               | 93,84    | 0,01  |       | 17,70        | 349          |
| Батон пшеничный                              | 50           |               | 156,23   | 4,69  | 2,74  | 28,21        | 421          |
| Итого за обед                                | 716          | 110,17        | 742,13   | 26,67 | 20,24 | 106,14       |              |
| <b>полдник</b>                               |              |               |          |       |       |              |              |
| Булочка с корицей                            | 100          |               | 299,34   | 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          | 45            | 390,58   | 8,62  | 5,84  | 75,41        |              |
| Итого за день:                               |              |               | 1 647,27 | 47,8  | 37,6  | 270,61       |              |

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"подпись \_\_\_\_\_  
расшифровка подписи \_\_\_\_\_

Ген. директор

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи \_\_\_\_\_

**МЕНЮ НА 05.12.2025****МБОУ "Школа №134" г.о. Самара****для обучающихся 11-18 лет**

| Наименование блюда                           | Выход<br>(г) | Цена<br>(руб) | Ккал            | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы  | №<br>рецепт. |
|----------------------------------------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| <b>завтрак</b>                               |              |               |                 |              |              |               |              |
| Яблоко                                       | 100          |               | 61,10           | 0,52         | 0,52         | 12,74         | 338,16       |
| Каша манная молоч вязкая с маслом            | 250/5        |               | 321,00          | 9,16         | 10,33        | 47,66         | 181,01       |
| Чай с сахаром                                | 200/10       |               | 39,90           |              |              | 9,98          | 376          |
| Батон пшеничный                              | 50           |               | 156,23          | 4,69         | 2,74         | 28,21         | 421          |
| <b>Итого за завтрак</b>                      | <b>615</b>   | <b>99</b>     | <b>578,23</b>   | <b>14,37</b> | <b>13,59</b> | <b>98,59</b>  |              |
| <b>обед</b>                                  |              |               |                 |              |              |               |              |
| Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью | 250/5/1      |               | 128,04          | 2,19         | 6,17         | 14,12         | 82           |
| Плов из птицы со свежим огурцом              | 310          |               | 494,90          | 20,65        | 18,43        | 61,44         | 291,16       |
| Компот из сухофруктов                        | 180          |               | 93,84           | 0,01         |              | 17,70         | 349          |
| Батон пшеничный                              | 60           |               | 192,63          | 5,71         | 3,89         | 33,72         | 421          |
| <b>Итого за обед</b>                         | <b>806</b>   | <b>129</b>    | <b>909,41</b>   | <b>28,56</b> | <b>28,49</b> | <b>126,98</b> |              |
| <b>Итого за день:</b>                        |              |               | <b>1 487,64</b> | <b>42,93</b> | <b>42,08</b> | <b>225,57</b> |              |

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир