

СОГЛАСОВАНО

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

Ген. директор

должность

подпись \_\_\_\_\_

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи \_\_\_\_\_

**МЕНЮ НА 26.12.2025****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><u>завтрак</u></b>                        |              |               |                 |              |              |               |              |
| Масло порционно                              | 10           |               | 65,72           | 0,01         | 7,20         | 0,13          | 14           |
| Тефтели мясные тушеные в томатном соусе      | 50/30        |               | 207,83          | 5,92         | 15,82        | 10,35         | 279,5        |
| Макаронные изделия отварные с маслом         | 180/5        |               | 247,19          | 7,08         | 5,13         | 43,13         | 203          |
| Какао с молоком                              | 200          |               | 119,63          | 3,39         | 2,80         | 19,97         | 382          |
| Батон пшеничный                              | 50           |               | 156,23          | 4,69         | 2,74         | 28,21         | 421          |
| <b>Итого за завтрак</b>                      | <b>525</b>   | <b>58,67</b>  | <b>796,6</b>    | <b>21,09</b> | <b>33,69</b> | <b>101,79</b> |              |
| <b><u>обед</u></b>                           |              |               |                 |              |              |               |              |
| Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью | 200/5/1      |               | 100,99          | 1,69         | 5,14         | 10,56         | 82           |
| Плов из птицы с соленым огурцом              | 250/30       |               | 462,27          | 19,97        | 18,34        | 54,25         | 291,12       |
| Чай с сахаром                                | 200/10       |               | 39,90           |              |              | 9,98          | 376          |
| Батон пшеничный                              | 50           |               | 156,23          | 4,69         | 2,74         | 28,21         | 421          |
| Хлеб ржаной                                  | 40           |               | 75,52           | 2,40         | 0,40         | 17,58         |              |
| <b>Итого за обед</b>                         | <b>786</b>   | <b>110,17</b> | <b>834,91</b>   | <b>28,75</b> | <b>26,62</b> | <b>120,58</b> |              |
| <b><u>полдник</u></b>                        |              |               |                 |              |              |               |              |
| Пирожок с картофелем                         | 100          |               | 367,87          | 8,22         | 11,05        | 53,90         | 405,17       |
| Компот из свежих яблок                       | 200          |               | 78,65           | 0,16         | 0,16         | 18,89         | 342          |
| <b>Итого за полдник</b>                      | <b>300</b>   | <b>45</b>     | <b>446,52</b>   | <b>8,38</b>  | <b>11,21</b> | <b>72,79</b>  |              |
| <b>Итого за день:</b>                        |              |               | <b>2 078,03</b> | <b>58,22</b> | <b>71,52</b> | <b>295,16</b> |              |

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

Труханова О.Ю.

подпись \_\_\_\_\_

должность \_\_\_\_\_

расшифровка подписи \_\_\_\_\_

# МЕНЮ НА 26.12.2025

## 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>                               |              |               |          |       |       |              |              |
| Масло порционно                              | 10           |               | 65,72    | 0,01  | 7,20  | 0,13         | 14           |
| Тефтели мясные тушеные в томатном соусе      | 100          |               | 222,50   | 6,14  | 16,83 | 11,48        | 279,5        |
| Макаронные изделия отварные с маслом         | 180/5        |               | 247,19   | 7,08  | 5,13  | 43,13        | 203          |
| Какао с молоком                              | 200          |               | 119,63   | 3,39  | 2,80  | 19,97        | 382          |
| Батон пшеничный                              | 60           |               | 192,63   | 5,71  | 3,89  | 33,72        | 421          |
| Итого за завтрак                             | 555          | 99            | 847,67   | 22,33 | 35,85 | 108,43       |              |
| <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 с соленым огурцом              | 280/30       |               | 493,35   | 20,64 | 18,43 | 61,13        | 291,15       |
| Чай с сахаром                                | 200/10       |               | 39,90    |       |       | 9,98         | 376          |
| Батон пшеничный                              | 60           |               | 192,63   | 5,71  | 3,89  | 33,72        | 421          |
| Хлеб ржаной                                  | 60           |               | 113,29   | 3,60  | 0,60  | 26,38        |              |
| Итого за обед                                | 896          | 129           | 967,21   | 32,14 | 29,09 | 145,33       |              |
| Итого за день:                               |              |               | 1 814,88 | 54,47 | 64,94 | 253,76       |              |

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир