

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

Труханова О.Ю.

подпись _____
расшифровка подписи _____должность _____
подпись _____

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 16.01.2026

МБОУ "Школа №134" з.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
Фрикадельки из кур с томатным соусом	50/30		138,90	8,85	8,31	7,20	297,07
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5		241,38	6,78	7,14	37,56	203,16
Кофейный напиток с молоком	200		86,85	1,45	1,25	17,37	379
Батон пшеничный	50		156,23	4,69	2,74	28,21	421
Итого за завтрак	525	80,75	689,08	21,78	26,64	90,47	
обед							
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/5/1		91,00	1,58	4,69	10,40	82,04
Тефтели рыбные с томатно-сметанным соусом	50/50		136,76	7,29	7,20	10,66	239
Картофельное пюре с огурцом	150/5/30		192,54	3,52	5,27	22,81	312,09
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	821	109,16	766,12	21,70	21,65	113,95	
полдник							
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
Итого за полдник	300	56,59	446,52	8,38	11,21	72,79	
Итого за день:			1 901,72	51,86	59,5	277,21	

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

Труханова О.Ю.

должность

подпись

расшифровка подписи



МЕНЮ НА 16.01.2026

МБОУ "Школа №134" 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
Фрикадельки из кур с томатным соусом	50/50		153,48	9,07	9,32	8,33	297,04
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5		241,38	6,78	7,14	37,56	203,16
Кофейный напиток с молоком	200		86,85	1,45	1,25	17,37	379
Батон пшеничный	60		192,63	5,71	3,89	33,72	421
Итого за завтрак	555	90,68	740,06	23,02	28,80	97,11	
обед							
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	250/5/1		113,75	1,98	5,86	13,00	82,12
Тефтели рыбные с томатно-сметанным соусом	50/50		136,76	7,29	7,20	10,66	239
Картофельное пюре с огурцом	180/5/30		222,19	4,13	5,45	27,19	312,1
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	901	126,96	818,52	22,71	23,00	120,93	
Итого за день:			1 558,58	45,73	51,8	218,04	

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир