

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"подпись _____
расшифровка подписи _____

Ген. директор

должность

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 19.01.2026

МБОУ "Школа №134" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Бутерброд с повидлом	30/40		179,80	3,12	1,16	40,06	2,03
Каша пшенная 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
Батон пшеничный	50		156,23	4,69	2,74	28,21	421
Итого за завтрак	542	80,75	660,66	16,55	12,19	121,54	
обед							
Суп овощной с курицей, зеленью и сметаной	200/15/5 /1		133,09	6,26	8,01	8,99	99
Мясо тушеное по-домашнему	100		322,83	11,10	29,68	2,72	256,05
Каша гречневая рассыпчатая с маслом и морковной икрой	150/5/20		275,93	9,24	7,46	42,94	171,32
Компот из сухофруктов	180		93,84	0,01		17,70	349
Батон пшеничный	50		156,23	4,69	2,74	28,21	421
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Итого за обед	766	109,16	1 057,44	33,70	48,29	118,14	
полдник							
Булочка с повидлом обсыпная	100		432,55	7,25	14,91	67,95	426
Снежок	200		108,00	5,80	5,00	8,40	386
Итого за полдник	300	56,59	540,55	13,05	19,91	76,35	
Итого за день:			2 258,65	63,3	80,39	316,03	

Калькулятор

Повар-бригадир

Федорова Ирина Александровна

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

Трухтанова О.Ю.

подпись расшифровка подписи

должность

подпись

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 19.01.2026**МБОУ "Школа №134" г.о. Самара****для обучающихся 11-18 лет**

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Бутерброд с повидлом	40/45		217,30	3,18	1,16	49,81	2,06
Каша пшенная 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
Батон пшеничный	50		156,23	4,69	2,74	28,21	421
Итого за завтрак	607	90,68	760,68	18,71	13,21	142,47	
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		322,83	11,10	29,68	2,72	256,05
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		93,84	0,01		17,70	349
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	876	126,96	1 213,96	38,20	51,18	143,27	
Итого за день:			1 974,64	56,91	64,39	285,74	

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир