

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

Трухтанова О.Ю.

подпись \_\_\_\_\_ расшифровка подписи \_\_\_\_\_

подпись \_\_\_\_\_

расшифровка подписи \_\_\_\_\_

# МЕНЮ НА 27.01.2026

## 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>                                 |              |               |          |       |       |              |              |
| Масло порционно                                | 10           |               | 65,72    | 0,01  | 7,20  | 0,13         | 14           |
| Плов из птицы                                  | 280          |               | 490,70   | 20,41 | 18,40 | 60,69        | 291          |
| 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                               | 557          | 80,75         | 754,93   | 25,17 | 28,35 | 99,22        |              |
| <b>обед</b>                                    |              |               |          |       |       |              |              |
| Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью | 200/5/1      |               | 98,18    | 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     |               | 192,54   | 3,52  | 5,27  | 22,81        | 312,09       |
| Напиток из шиповника                           | 180          |               | 71,49    | 0,29  | 0,13  | 17,01        | 388          |
| 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                                  | 761          | 109,16        | 730,72   | 20,08 | 20,19 | 108,90       |              |
| <b>полдник</b>                                 |              |               |          |       |       |              |              |
| Пирожок с капустой                             | 100          |               | 261,58   | 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          | 56,59         | 352,82   | 7,75  | 7,48  | 62,99        |              |
| Итого за день:                                 |              |               | 1 838,47 | 53    | 56,02 | 271,11       |              |

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

подпись: расшифровка подписи

Ген. директор

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи

**МЕНЮ НА 27.01.2026****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           |
| Плов из птицы                                  | 280          |               | 490,70   | 20,41 | 18,40 | 60,69        | 291          |
| Чай с лимоном                                  | 200/7/10     |               | 42,28    | 0,06  | 0,01  | 10,19        | 377          |
| Батон пшеничный                                | 60           |               | 192,63   | 5,71  | 3,89  | 33,72        | 421          |
| Итого за завтрак                               | 567          | 90,68         | 791,33   | 26,19 | 29,50 | 104,73       |              |
| <b>обед</b>                                    |              |               |          |       |       |              |              |
| Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью | 250/5/1      |               | 122,22   | 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     |               | 222,19   | 4,13  | 5,45  | 27,19        | 312,1        |
| Напиток из шиповника                           | 180          |               | 71,49    | 0,29  | 0,13  | 17,01        | 388          |
| 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                                  | 871          | 126,96        | 858,58   | 23,31 | 22,89 | 130,57       |              |
| Итого за день:                                 |              |               | 1 649,91 | 49,5  | 52,39 | 235,3        |              |

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир