

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

Ген. директор

Трухтанова О.Ю.
расшифровка подписи

МЕНЮ НА 30.01.2026

МБОУ "Школа №134" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



| Наименование блюда | Выход (г) | Цена (руб) | Ккал | Белки | Жиры | Углевод ы | № рецепт. |
|--|------------|---------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| завтрак | | | | | | | |
| 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 |
| Жаркое по-домашнему из цыплят с огурцом | 250/30 | | 405,36 | 18,37 | 18,27 | 29,28 | |
| 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 | 816 | 109,16 | 842,18 | 29,26 | 27,45 | 109,76 | |
| 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: | | | 1 977,78 | 59,42 | 65,3 | 273,02 | |

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

Ген. директор

должность

Для подписи
документов

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи



МЕНЮ НА 30.01.2026

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 |
| Жаркое по-домашнему из цыплят с огурцом | 280/30 | | 434,45 | 18,78 | 19,35 | 32,30 | 259,06 |
| 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 | 126,96 | 894,02 | 30,07 | 29,70 | 115,38 | |
| Итого за день: | | | 1 634,08 | 53,09 | 58,5 | 212,49 | |

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир