

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"подпись \_\_\_\_\_  
расшифровка подписи \_\_\_\_\_

Ген. директор

Труханова О.Ю.

должность \_\_\_\_\_

подпись \_\_\_\_\_

расшифровка подписи \_\_\_\_\_



# МЕНЮ НА 16.03.2026

## МБОУ "Школа №134" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<b>завтрак</b>							
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
<b>Итого за завтрак</b>	<b>542</b>	<b>80,75</b>	<b>660,66</b>	<b>16,55</b>	<b>12,19</b>	<b>121,54</b>	
<b>обед</b>							
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		484,25	16,65	44,52	4,08	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	
<b>Итого за обед</b>	<b>766</b>	<b>109,16</b>	<b>1 218,86</b>	<b>39,25</b>	<b>63,13</b>	<b>119,50</b>	
<b>полдник</b>							
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
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>56,59</b>	<b>540,55</b>	<b>13,05</b>	<b>19,91</b>	<b>76,35</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>2 420,07</b>	<b>68,85</b>	<b>95,23</b>	<b>317,39</b>	

Калькулятор


 Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир

