

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

*Сел. Т. Н. Смирнов*  
подпись расшифровка подписи

Ген. директор  
должность

*Труханова О.Ю.*  
подпись расшифровка подписи



## МЕНЮ НА 24.10.2025

### МБОУ "Школа №40" 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>                               |              |               |         |       |       |              |              |
| Хлеб пшеничный                               | 50           |               | 124,88  | 3,67  | 1,50  | 25,00        |              |
| Яблоко                                       | 100          |               | 61,10   | 0,52  | 0,52  | 12,74        | 338,16       |
| Каша "Геркулес" молочная вязкая с маслом     | 200/5        |               | 265,82  | 8,34  | 9,31  | 37,01        | 173          |
| Чай с сахаром                                | 200/10       |               | 39,90   |       |       | 9,98         | 376          |
| Итого за завтрак                             | 565          | 63,73         | 491,7   | 12,53 | 11,33 | 84,73        |              |
| <b>обед</b>                                  |              |               |         |       |       |              |              |
| Хлеб ржаной                                  | 40           |               | 75,52   | 2,40  | 0,40  | 17,58        |              |
| Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью | 200/5/1      |               | 100,99  | 1,69  | 5,14  | 10,56        | 82           |
| Плов из птицы со свежим огурцом              | 250/30       |               | 391,07  | 20,28 | 12,36 | 49,67        | 934,01       |
| Компот из сухофруктов                        | 180          |               | 93,84   | 0,01  |       | 17,70        | 349          |
| Хлеб пшеничный                               | 40           |               | 99,90   | 2,93  | 1,20  | 20,00        |              |
| Итого за обед                                | 746          | 110,17        | 761,32  | 27,31 | 19,10 | 115,51       |              |
| <b>полдник</b>                               |              |               |         |       |       |              |              |
| Булочка с корицей                            | 100          |               | 299,34  | 8,36  | 5,74  | 53,55        | 438          |
| Компот из лесных ягод                        | 200          |               | 91,24   | 0,26  | 0,10  | 21,86        | 345          |
| Итого за полдник                             | 300          | 45            | 390,58  | 8,62  | 5,84  | 75,41        |              |
| Итого за день:                               |              |               | 1 643,6 | 48,46 | 36,27 | 275,65       |              |

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

подпись      расшифровка подписи

" " Г.

Ген. директор

должность

подпись

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

**МЕНЮ НА 24.10.2025****МБОУ "Школа №40" 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>                               |              |               |          |       |       |              |              |
| Яблоко                                       | 100          |               | 61,10    | 0,52  | 0,52  | 12,74        | 338,16       |
| Каша "Геркулес" молочная вязкая с маслом     | 250/5        |               | 320,93   | 10,42 | 10,61 | 45,75        | 173          |
| Чай с сахаром                                | 200/10       |               | 39,90    |       |       | 9,98         | 376          |
| Хлеб пшеничный                               | 50           |               | 124,88   | 3,67  | 1,50  | 25,00        |              |
| Итого за завтрак                             | 615          | 99            | 546,81   | 14,61 | 12,63 | 93,47        |              |
| <b>обед</b>                                  |              |               |          |       |       |              |              |
| Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью | 250/5/1      |               | 128,04   | 2,19  | 6,17  | 14,12        | 82           |
| Плов из птицы со свежим огурцом              | 310          |               | 494,90   | 20,65 | 18,43 | 61,44        | 291,16       |
| Компот из сухофруктов                        | 180          |               | 93,84    | 0,01  |       | 17,70        | 349          |
| Хлеб пшеничный                               | 60           |               | 149,85   | 4,40  | 1,80  | 30,00        |              |
| Хлеб ржаной                                  | 60           |               | 113,29   | 3,60  | 0,60  | 26,38        |              |
| Итого за обед                                | 866          | 129           | 979,92   | 30,85 | 27,00 | 149,64       |              |
| Итого за день:                               |              |               | 1 526,73 | 45,46 | 39,63 | 243,11       |              |

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир