

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Сед Т. Н. Савицкий
подпись расшифровка подписи
" " " г.

Ген. директор
должность



Труханова О.Ю.
подпись расшифровка подписи

МЕНЮ НА 30.10.2025

МБОУ "Школа №40" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	150/20		329,85	21,21	11,95	33,58	224
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Яблоко	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
Итого за завтрак	510	63,73	505,78	23,93	13,37	71,30	
обед							
Фрикадельки из кур в томатном соусе	50/50		153,57	9,07	9,32	8,33	297,5
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Икра овощная кабачковая	60		133,67	2,72	7,18	14,39	3
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	200/5/1		91,85	1,66	5,16	7,61	88
Гороховое пюре с маслом	150/5		132,00	7,60	4,70	14,80	199,12
Компот ягодный	180		66,05	0,20	0,12	15,69	345
Итого за обед	791	110,17	777,54	27,32	28,38	103,40	
полдник							
Булочка с корицей	100		299,34	8,36	5,74	53,55	438
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Итого за полдник	317	45	341,62	8,42	5,75	63,74	
Итого за день:			1 624,94	59,67	47,5	238,44	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

С.М. Сидорова
подпись расшифровка подписи
" " г.

Ген. директор

должность

подпись

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 30.10.2025**МБОУ "Школа №40" г.о. Самара***для обучающихся 11-18 лет*

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Яблоко	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	180/20		383,96	25,04	14,05	38,40	224
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Итого за завтрак	560	99	609,84	29,23	16,07	86,12	
обед							
Икра овощная кабачковая	100		222,78	4,53	11,96	23,98	3
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	250/5/1		111,63	2,02	6,20	9,36	88
Фрикадельки из кур в томатном соусе	100		153,57	9,07	9,32	8,33	297,5
Гороховое пюре с маслом	180/5		158,40	9,12	5,60	17,80	199,01
Компот ягодный	180		66,05	0,20	0,12	15,69	345
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	941	129	975,57	32,94	35,60	131,54	
Итого за день:			1 585,41	62,17	51,67	217,66	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир