

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Сед. Т. Н. Сидур

подпись расшифровка подписи

" " Г.

Ген. директор

должность

подпись

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 11.09.2025**МБОУ "Школа №40" г.о. Самара****для обучающихся 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<u>завтрак</u>							
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Бутерброд с повидлом	30/40		179,80	3,12	1,16	40,06	2,03
Омлет натуральный	180/5		254,96	16,83	19,28	3,47	210
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Итого за завтрак		63,73	574,56	22,88	21,64	73,51	
<u>обед</u>							
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	200/5/1		91,85	1,66	5,16	7,61	88
Мясо духовое с картофелем и свежим огурцом	250/30		513,15	14,29	34,28	26,82	258
Компот из свежих яблок	180		76,77	0,14	0,14	18,50	342
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Итого за обед		82,6	857,19	21,42	41,18	90,51	
<u>полдник</u>							
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Гребешок с молоком сгущенным	80		245,07	6,53	4,24	45,15	405
Итого за полдник			287,35	6,59	4,25	55,34	
Итого за день:			1 719,1	50,89	67,07	219,36	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"*Сид Т. Н. Сидур*

подпись расшифровка подписи

" " Г.

Ген. директор

должность

подпись

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 11.09.2025**МБОУ "Школа №40" г.о. Самара***для обучающихся 11-18 лет*

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Бутерброд с повидлом	40/45		217,30	3,18	1,16	49,81	2,06
Омлет натуральный	200/5		343,73	20,94	27,09	3,97	210
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Итого за завтрак		99	725,81	27,79	29,75	88,76	
обед							
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	250/5/1		111,63	2,02	6,20	9,36	88
Мясо духовое с картофелем и свежим огурцом	280/30		548,14	14,86	35,38	31,04	258,16
Компот из свежих яблок	180		76,77	0,14	0,14	18,50	342
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		129	999,68	25,02	44,12	115,28	
Итого за день:			1 725,49	52,81	73,87	204,04	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир