

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"



Ген. директор

Трухтанова О.Ю.

подпись расшифровка подписи

подпись расшифровка подписи

МЕНЮ НА 21.11.2025

МБОУ "Школа №40" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
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	
обед							
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	
полдник							
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"



Ген. директор _____ Трухтанова О.Ю.
должность _____ расшифровка подписи _____



МЕНЮ НА 21.11.2025
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
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	
обед							
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 _____