

СОГЛАСОВАНО

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

Ген. директор

должность



подпись

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

## МЕНЮ НА 23.03.2026

### МБОУ "Школа №40" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Угледо ы	№ рецепт.
<b><u>завтрак</u></b>							
Сыр порционно	15		53,75	3,48	4,43		15
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5		226,94	6,09	7,39	33,82	175
Курага	20		34,80	0,80	0,05	8,30	122
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>71,4</b>	<b>480,27</b>	<b>14,04</b>	<b>13,37</b>	<b>77,10</b>	
<b><u>обед</u></b>							
Котлета из мяса с томатным соусом 50/50	100		228,92	6,58	18,64	8,75	268,5
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Суп картофельный с горохом и зеленью	200/1		130,00	4,72	5,44	15,49	102
Вермишель отварная с маслом и кабачковой икрой	150/5/30		224,18	6,05	6,14	36,16	203,13
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	
<b>Итого за обед</b>	<b>746</b>	<b>96,52</b>	<b>835,29</b>	<b>22,82</b>	<b>31,96</b>	<b>116,48</b>	
<b><u>полдник</u></b>							
Плюшка "Московская"	100		383,45	8,95	11,17	61,74	421
Компот из сухофруктов	200		94,82	0,01		18,91	349
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>39,46</b>	<b>478,27</b>	<b>8,96</b>	<b>11,17</b>	<b>80,65</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1 793,83</b>	<b>45,82</b>	<b>56,5</b>	<b>274,23</b>	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

*Сед. Т. Н. Сидорова*  
подпись    расшифровка подписи

Ген. директор

должность

*Трухтанова О.Ю.*  
подпись    расшифровка подписи



## МЕНЮ НА 23.03.2026

### МБОУ "Школа №40" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<b><u>завтрак</u></b>							
Сыр порционно	15		53,75	3,48	4,43		15
Каша молочная "Дружба" с маслом	250/5		274,85	7,67	8,22	42,31	175
Курага	20		34,80	0,80	0,05	8,30	122
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>80,18</b>	<b>553,15</b>	<b>16,35</b>	<b>14,50</b>	<b>90,59</b>	
<b><u>обед</u></b>							
Суп картофельный с горохом и зеленью	250/1		138,17	5,60	4,89	17,94	102,11
Котлета из мяса с томатным соусом 50/50	100		228,92	6,58	18,64	8,75	268,5
Вермишель отварная с маслом и кабачковой икрой	180/5/30		269,02	7,26	7,37	43,39	203,2
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	
<b>Итого за обед</b>	<b>866</b>	<b>112,26</b>	<b>976,02</b>	<b>27,58</b>	<b>33,44</b>	<b>144,96</b>	
<b><u>полдник</u></b>							
Плюшка "Московская"	150		566,94	13,42	15,85	92,61	421,05
Компот из сухофруктов	200		94,82	0,01		18,91	349
<b>Итого за полдник</b>	<b>350</b>		<b>661,76</b>	<b>13,43</b>	<b>15,85</b>	<b>111,52</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>2 190,93</b>	<b>57,36</b>	<b>63,79</b>	<b>347,07</b>	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир