

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

*Сев. Т.Н. Семенов*  
подпись      расшифровка подписи

" " Г.

Ген. директор

должность



подпись

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи

**МЕНЮ НА 26.09.2025****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          |
| <b>Итого за завтрак</b>                      | <b>565</b>   | <b>63,73</b>  | <b>491,7</b>   | <b>12,53</b> | <b>11,33</b> | <b>84,73</b>  |              |
| <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         |              |
| <b>Итого за обед</b>                         | <b>746</b>   | <b>110,17</b> | <b>761,32</b>  | <b>27,31</b> | <b>19,10</b> | <b>115,51</b> |              |
| <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          |
| <b>Итого за полдник</b>                      | <b>300</b>   | <b>45</b>     | <b>390,58</b>  | <b>8,62</b>  | <b>5,84</b>  | <b>75,41</b>  |              |
| <b>Итого за день:</b>                        |              |               | <b>1 643,6</b> | <b>48,46</b> | <b>36,27</b> | <b>275,65</b> |              |

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

*[Signature]*

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

*Сел. Т. Н. Сидорова*

подпись расшифровка подписи

" " Г.

Ген. директор

должность



Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

# МЕНЮ НА 26.09.2025

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

Повар-бригадир

Ефремова С.А.