

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Сол. Т. Н. Сидорова
подпись расшифровка подписи
" " Г.

Ген. директор

должность

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 23.01.2026**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>							
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Фрукт сезонный	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Каша геркулесовая 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	71,4	491,7	12,53	11,33	84,73	
<u>обед</u>							
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/5/1		91,00	1,58	4,69	10,40	82,04
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	96,52	751,33	27,20	18,65	115,35	
<u>полдник</u>							
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	39,46	390,58	8,62	5,84	75,41	
Итого за день:			1 633,61	48,35	35,82	275,49	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

С.В. Т.Н. Смирнов
подпись расшифровка подписи
" " Г.

Ген. директор

должность

подпись

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 23.01.2026**МБОУ "Школа №40" г.о. Самара***для обучающихся 11-18 лет*

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Фрукт сезонный	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Каша геркулесовая 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	80,18	546,81	14,61	12,63	93,47	
обед							
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	250/5/1		113,75	1,98	5,86	13,00	82,12
Плов из птицы с соленым огурцом	280/30		493,35	20,64	18,43	61,13	291,15
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	112,26	964,08	30,63	26,69	148,21	
Итого за день:			1 510,89	45,24	39,32	241,68	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир