

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

  
 подпись расшифровка подписи  
 " " г.

Ген. директор  
 должность

Труханова О.Ю.  
 подпись расшифровка подписи

## МЕНЮ НА 03.03.2026

### МБОУ "Школа №40" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<b>завтрак</b>							
Икра овощная кабачковая	30		66,83	1,36	3,59	7,19	3
Чай с молоком	200/15		81,00	1,52	1,35	15,90	378
Тефтели мясные тушеные в томатном соусе	50/30		207,83	5,92	15,82	10,35	279,5
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5		201,15	5,61	5,95	31,30	203,19
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>510</b>	<b>71,4</b>	<b>631,74</b>	<b>16,61</b>	<b>27,61</b>	<b>79,74</b>	
<b>обед</b>							
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Суп с рисом, курицей и зеленью	200/15/1		119,00	6,39	4,11	14,01	101
Биточки рыбные с томатно-сметанным соусом	50/50		168,39	7,49	10,49	10,94	234,09
Картофельное пюре с маслом и квашеной капустой	150/5/45		201,47	4,00	10,27	23,26	312,08
Напиток из шиповника	180		71,49	0,29	0,13	17,01	388
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
<b>Итого за обед</b>	<b>776</b>	<b>96,52</b>	<b>735,77</b>	<b>23,50</b>	<b>26,60</b>	<b>102,80</b>	
<b>полдник</b>							
Плюшка "Московская"	100		383,45	8,95	11,17	61,74	421
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
<b>Итого за полдник</b>	<b>310</b>	<b>39,46</b>	<b>423,35</b>	<b>8,95</b>	<b>11,17</b>	<b>71,72</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1 790,86</b>	<b>49,06</b>	<b>65,38</b>	<b>254,26</b>	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

*С.И. Т.И. Сидорова*  
подпись      расшифровка подписи

Ген. директор

должность

подпись

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

## МЕНЮ НА 03.03.2026

### 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>							
Икра овощная кабачковая	30		66,83	1,36	3,59	7,19	3
Тефтели мясные тушеные в томатном соусе	50/50		222,50	6,14	16,83	11,48	279,5
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5		247,19	7,08	5,13	43,13	203
Чай с молоком	200/15		81,00	1,52	1,35	15,90	378
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>580</b>	<b>80,18</b>	<b>742,4</b>	<b>19,77</b>	<b>28,40</b>	<b>102,70</b>	
<b><u>обед</u></b>							
Суп с рисом, курицей и зеленью	250/15/1		148,75	7,99	5,14	17,51	101,05
Биточки рыбные с томатно-сметанным соусом	50/50		168,39	7,49	10,49	10,94	234,09
Картофельное пюре с маслом и квашеной капустой	180/5/45		193,73	3,96	8,21	26,00	312,03
Напиток из шиповника	180		71,49	0,29	0,13	17,01	388
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>896</b>	<b>112,26</b>	<b>845,5</b>	<b>27,73</b>	<b>26,37</b>	<b>127,84</b>	
<b><u>полдник</u></b>							
Плюшка "Московская"	150		566,94	13,42	15,85	92,61	421,05
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
<b>Итого за полдник</b>	<b>360</b>		<b>606,84</b>	<b>13,42</b>	<b>15,85</b>	<b>102,59</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>2 194,74</b>	<b>60,92</b>	<b>70,62</b>	<b>333,13</b>	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир