

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

Сед. Т.Н. Сидур
подпись расшифровка подписи
" " " г.

Ген. директор

Труханова О.Ю.

подпись

подпись

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 05.03.2026**МБОУ "Школа №40" г.о. Самара***для обучающихся 7-11 лет*

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<u>завтрак</u>							
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Бутерброд с повидлом	30/40		179,80	3,12	1,16	40,06	2,03
Омлет натуральный	180/5		254,96	16,83	19,28	3,47	210
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Итого за завтрак	505	71,4	574,56	22,88	21,64	73,51	
<u>обед</u>							
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/5/1		83,00	1,66	5,16	7,61	88,12
Мясо духовое с картофелем и огурцом	250/30		513,15	14,29	34,28	26,82	258
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	
Итого за обед	746	96,52	848,34	21,42	41,18	90,51	
<u>полдник</u>							
Гребешок с молоком сгущенным	100		453,47	12,90	9,78	78,41	405,16
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Итого за полдник	317	39,46	495,75	12,96	9,79	88,60	
Итого за день:			1 918,65	57,26	72,61	252,62	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

Сел Т.А. Сидорова
подпись расшифровка подписи
" " г.

Ген. директор

должность

подпись

Груханова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 05.03.2026**МБОУ "Школа №40" г.о. Самара***для обучающихся 11-18 лет*

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Бутерброд с повидлом	40/45		217,30	3,18	1,16	49,81	2,06
Омлет натуральный	200/5		343,73	20,94	27,09	3,97	210
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Итого за завтрак	550	80,18	725,81	27,79	29,75	88,76	
обед							
Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью	250/5/1		103,75	2,08	6,45	9,51	88,14
Мясо духовое с картофелем и огурцом	280/30		548,14	14,86	35,38	31,04	258,16
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	
Итого за обед	866	112,26	991,8	25,08	44,37	115,43	
полдник							
Гребешок с молоком сгущенным	150		561,44	15,43	13,79	93,79	405,2
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Итого за полдник	367		603,72	15,49	13,80	103,98	
Итого за день:			2 321,33	68,36	87,92	308,17	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир