

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

Сел Т.Н. Силин
подпись расшифровка подписи
" " Г.

Ген. директор

должность

Груханова О.Ю.
подпись расшифровка подписи

МЕНЮ НА 16.03.2026

МБОУ "Школа №40" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Бутерброд с повидлом	30/40		179,80	3,12	1,16	40,06	2,03
Каша пшениная вязкая молочная с маслом	200/5		282,35	8,68	8,28	43,08	173
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
Итого за завтрак	522	71,4	579,36	14,06	10,35	108,33	
обед							
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Суп овощной с курицей, зеленью и сметаной	200/15/5/1		133,09	6,26	8,01	8,99	99
Мясо тушеное по-домашнему	100		484,25	16,65	44,52	4,08	256,05
Каша гречневая рассыпчатая с маслом и морковной икрой	150/5/20		275,93	9,24	7,46	42,94	171,32
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	756	96,52	1 162,53	37,49	61,59	111,29	
полдник							
Булочка с повидлом обсыпная	100		432,55	7,25	14,91	67,95	426
Снежок	200		108,00	5,80	5,00	8,40	386
Итого за полдник	300	39,46	540,55	13,05	19,91	76,35	
Итого за день:			2 282,44	64,6	91,85	295,97	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"*Сев. Т. Н. Силин*

подпись расшифровка подписи

" " Г.

Ген. директор

должность

подпись

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи

**МЕНЮ НА 16.03.2026****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
Каша пшениная вязкая молочная с маслом	250/5		344,87	10,78	9,30	54,26	173
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Итого за завтрак	597	80,18	704,35	16,95	11,67	134,26	
обед							
Суп овощной с курицей, зеленью и сметаной	250/15/5 /1		169,24	6,65	9,06	11,24	99,03
Мясо тушеное по-домашнему	100		484,25	16,65	44,52	4,08	256,05
Каша гречневая рассыпчатая с маслом и морковной икрой	180/5/20		322,13	11,13	7,95	51,51	171,33
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	876	112,26	1 332,6	42,44	63,93	140,91	
полдник							
Булочка с повидлом обсыпная	150		644,01	10,88	21,96	101,62	426,04
Снежок	200		108,00	5,80	5,00	8,40	386
Итого за полдник	350		752,01	16,68	26,96	110,02	
Итого за день:			2 788,96	76,07	102,56	385,19	

Калькулятор

Повар-бригадир

Ефремова С.А.