

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"Ген. директор
должностьТрухтанова О.Ю.
расшифровка подписи

МЕНЮ НА 18.03.2026

МБОУ "Школа №40" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



| Наименование блюда | Выход (г) | Цена (руб) | Ккал | Белки | Жиры | Углевод ы | № рецепт. |
|--------------------------------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с маслом и сыром | 30/10/15 | | 208,00 | 5,78 | 13,55 | 15,50 | 3 |
| Чай с лимоном | 200/7/10 | | 42,28 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 377 |
| Каша рисовая молочная с маслом | 200/5 | | 261,86 | 6,01 | 7,07 | 43,39 | 174 |
| Хлеб пшеничный | 30 | | 74,93 | 2,20 | 0,90 | 15,00 | |
| Итого за завтрак | 507 | 71,4 | 587,07 | 14,05 | 21,53 | 84,08 | |
| обед | | | | | | | |
| Хлеб ржаной | 40 | | 75,52 | 2,40 | 0,40 | 17,58 | |
| Салат "Степной" | 60 | | 80,81 | 0,86 | 6,10 | 4,50 | 37 |
| Суп картофельный с горохом и зеленью | 200/1 | | 130,00 | 4,72 | 5,44 | 15,49 | 102 |
| Кнели куриные с томатным соусом | 50/50 | | 122,28 | 8,48 | 6,73 | 6,92 | 301,11 |
| Вермишель отварная с маслом | 150/5 | | 194,00 | 5,60 | 4,80 | 31,90 | 203 |
| Компот ягодный | 180 | | 66,05 | 0,20 | 0,12 | 15,69 | 345 |
| Хлеб пшеничный | 40 | | 99,90 | 2,93 | 1,20 | 20,00 | |
| Итого за обед | 776 | 96,52 | 768,56 | 25,19 | 24,79 | 112,08 | |
| полдник | | | | | | | |
| Пирожок с яблоком 100 | 100 | | 273,00 | 5,67 | 5,13 | 50,77 | 470 |
| Компот из сухофруктов | 200 | | 94,82 | 0,01 | | 18,91 | 349 |
| Итого за полдник | 300 | 39,46 | 367,82 | 5,68 | 5,13 | 69,68 | |
| Итого за день: | | | 1 723,45 | 44,92 | 51,45 | 265,84 | |

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

Сел. Т. Н. Сидорова
подпись расшифровка подписи
" _____ г.

Ген. директор

должность



Грухтанова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 18.03.2026

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 маслом и сыром | 30/10/15 | | 208,00 | 5,78 | 13,55 | 15,50 | 3 |
| Каша рисовая молочная с маслом и сахаром | 250/5 | | 315,98 | 7,50 | 7,80 | 53,73 | 174 |
| Чай с лимоном | 200/7/10 | | 42,28 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 377 |
| Хлеб пшеничный | 50 | | 124,88 | 3,67 | 1,50 | 25,00 | |
| Итого за завтрак | 577 | 80,18 | 691,14 | 17,01 | 22,86 | 104,42 | |
| обед | | | | | | | |
| Салат "Степной" | 100 | | 135,91 | 1,46 | 10,18 | 7,71 | 37 |
| Суп картофельный с горохом и зеленью | 250/1 | | 138,17 | 5,60 | 4,89 | 17,94 | 102,11 |
| Кнели куриные с томатным соусом | 50/50 | | 122,28 | 8,48 | 6,73 | 6,92 | 301,11 |
| Вермишель отварная с маслом | 180/5 | | 247,19 | 7,08 | 5,13 | 43,13 | 203 |
| Компот ягодный | 180 | | 66,05 | 0,20 | 0,12 | 15,69 | 345 |
| 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 | 936 | 112,26 | 972,74 | 30,82 | 29,45 | 147,77 | |
| полдник | | | | | | | |
| Пирожок с яблоком 150 | 150 | | 471,72 | 10,09 | 11,19 | 82,42 | 470,05 |
| Компот из сухофруктов | 200 | | 94,82 | 0,01 | | 18,91 | 349 |
| Итого за полдник | 350 | | 566,54 | 10,10 | 11,19 | 101,33 | |
| Итого за день: | | | 2 230,42 | 57,93 | 63,5 | 353,52 | |

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир