

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

Сид Т.Н. Сидорова
подпись расшифровка подписи

Ген. директор

должность

Груханова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 19.03.2026

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 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	
обед							
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		511,95	14,29	34,28	26,58	258,14
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	847,14	21,42	41,18	90,27	
полдник							
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:			1 917,45	57,26	72,61	252,38	

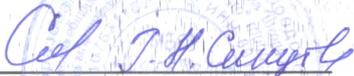
Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

Сидорова Т.Н.
подпись

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

подпись _____
расшифровка подписи _____

Ген. директор

должность

Труханова О.Ю.

подпись

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 19.03.2026

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		546,94	14,86	35,38	30,80	258,15
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	990,6	25,08	44,37	115,19	
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:			2 320,13	68,36	87,92	307,93	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир