

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

*Сев* *Т.М. Селищев*

подпись расшифровка подписи

Ген. директор

должность

подпись

Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

" " г.

## МЕНЮ НА 29.04.2026

### 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>							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Яйцо вареное	50		78,50	6,35	5,75	0,35	209
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	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>512</b>	<b>71,4</b>	<b>523,29</b>	<b>14,63</b>	<b>20,93</b>	<b>69,06</b>	
<b>обед</b>							
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Суп картофельный с вермишелью, курицей и зеленью	200/15/1		120,00	6,10	3,45	16,61	103
Капуста тушеная с мясом	250		419,31	15,46	31,93	16,74	321
Компот из сухофруктов	180		93,84	0,01		17,70	349
<b>Итого за обед</b>	<b>736</b>	<b>96,52</b>	<b>833,55</b>	<b>27,64</b>	<b>37,28</b>	<b>93,63</b>	
<b>полдник</b>							
Рулет с маком	100		333,83	8,98	12,64	46,00	701
Напиток из шиповника	200		101,60	0,32	0,14	24,44	388
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>39,46</b>	<b>435,43</b>	<b>9,30</b>	<b>12,78</b>	<b>70,44</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1 792,27</b>	<b>51,57</b>	<b>70,99</b>	<b>233,13</b>	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

Сел Т. Н. Сидурь

подпись расшифровка подписи

" " " Г.

Ген. директор

должность

Труханова О.Ю.

подпись расшифровка подписи

**МЕНЮ НА 29.04.2026****МБОУ "Школа №40" г.о. Самара**

для обучающихся 11-18 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углев оды	№ рецепт.
<b>завтрак</b>							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Яйцо вареное	50		78,50	6,35	5,75	0,35	209
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	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>582</b>	<b>80,18</b>	<b>627,36</b>	<b>17,59</b>	<b>22,26</b>	<b>89,40</b>	
<b>обед</b>							
Суп картофельный с вермишелью, курицей и зеленью	250/15/1		150,00	7,63	4,31	20,76	103,07
Капуста тушеная с мясом	280		442,28	16,23	32,98	19,25	321
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	
<b>Итого за обед</b>	<b>846</b>	<b>112,26</b>	<b>949,26</b>	<b>31,87</b>	<b>39,69</b>	<b>114,09</b>	
<b>полдник</b>							
Рулет с маком	150		494,33	13,33	18,48	68,63	701,02
Напиток из шиповника	200		101,60	0,32	0,14	24,44	388
<b>Итого за полдник</b>	<b>350</b>		<b>595,93</b>	<b>13,65</b>	<b>18,62</b>	<b>93,07</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>2 172,55</b>	<b>63,11</b>	<b>80,57</b>	<b>296,56</b>	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир