

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

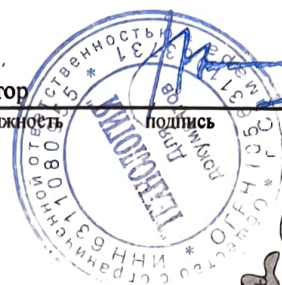
Ген. директор

Труханова О.Ю.

должность

подпись

расшифровка подписи

**МЕНЮ НА 13.05.2026****МБОУ "Школа №121" г.о. Самара***для обучающихся 7-11 лет*

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углерод ы	№ рецепт.
<u>завтрак</u>							
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
Вермишель отварная с маслом и кабачковой икрой	150/5/30		224,18	6,05	6,14	36,16	203,13
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Итого за завтрак	512	80,75	535,56	16,14	20,60	71,83	
<u>обед</u>							
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
Итого за обед	736	109,16	833,55	27,64	37,28	93,63	
Итого за день:			1 369,11	43,78	57,88	165,46	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

Ген. директор

Груханова О.Ю.

должность

подпись

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 13.05.2026**МБОУ "Школа №121" г.о. Самара**

для обучающихся 11-18 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<u>завтрак</u>							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Яйцо вареное	50		78,50	6,35	5,75	0,35	209
Вермишель отварная с маслом и кабачковой икрой	180/5/30		254,88	6,73	6,15	43,15	203
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Итого за завтрак	552	90,68	591,23	17,55	20,91	83,82	
<u>обед</u>							
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	
Итого за обед	846	126,96	949,26	31,87	39,69	114,09	
<u>полдник</u>							
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
Итого за полдник	350	56,59	595,93	13,65	18,62	93,07	
Итого за день:			2 136,42	63,07	79,22	290,98	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир