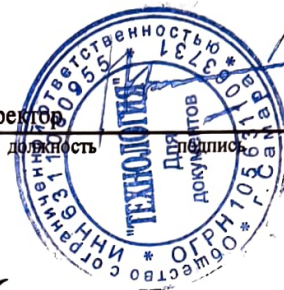


СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

Ген. директор



Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи

# МЕНЮ НА 19.05.2026

## МБОУ "Школа №121" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



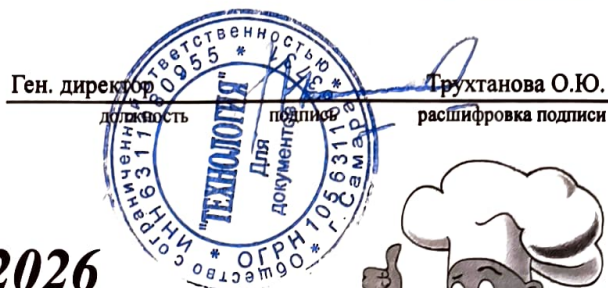
| Наименование блюда                             | Выход (г)  | Цена (руб)    | Ккал            | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы  | №<br>рецепт. |
|--|------------|---------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| <b>завтрак</b>                                 |            |               |                 |              |              |               |              |
| Икра овощная кабачковая                        | 30         |               | 66,83           | 1,36         | 3,59         | 7,19          | 3            |
| Чай с молоком                                  | 200/15     |               | 81,00           | 1,52         | 1,35         | 15,90         | 378          |
| Тефтели мясные тушеные в томатном соусе        | 50/30      |               | 167,60          | 6,34         | 11,56        | 9,55          | 279,5        |
| Макаронные изделия отварные с маслом           | 150/5      |               | 192,48          | 5,52         | 3,80         | 34,06         | 203,19       |
| Хлеб пшеничный                                 | 30         |               | 74,93           | 2,20         | 0,90         | 15,00         |              |
| <b>Итого за завтрак</b>                        | <b>510</b> | <b>80,75</b>  | <b>582,84</b>   | <b>16,94</b> | <b>21,20</b> | <b>81,70</b>  |              |
| <b>обед</b>                                    |            |               |                 |              |              |               |              |
| Хлеб ржаной                                    | 40         |               | 75,52           | 2,40         | 0,40         | 17,58         |              |
| Суп с рисом, курицей и зеленью                 | 200/15/1   |               | 122,85          | 5,38         | 5,59         | 12,75         | 101          |
| Биточки рыбные с томатно-сметанным соусом      | 50/50      |               | 150,39          | 7,04         | 9,15         | 9,98          | 234,09       |
| Картофельное пюре с маслом и квашеной капустой | 150/5/45   |               | 178,57          | 3,80         | 8,75         | 21,16         | 312,08       |
| Напиток из шиповника                           | 180        |               | 71,49           | 0,29         | 0,13         | 17,01         | 388          |
| Хлеб пшеничный                                 | 40         |               | 99,90           | 2,93         | 1,20         | 20,00         |              |
| <b>Итого за обед</b>                           | <b>776</b> | <b>109,16</b> | <b>698,72</b>   | <b>21,84</b> | <b>25,22</b> | <b>98,48</b>  |              |
| <b>Итого за день:</b>                          |            |               | <b>1 281,56</b> | <b>38,78</b> | <b>46,42</b> | <b>180,18</b> |              |

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

Ген. директор

Труханова О.Ю.

должность

подпись

расшифровка подписи

# МЕНЮ НА 19.05.2026

## МБОУ "Школа №121" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет



| Наименование блюда                             | Выход (г)  | Цена (руб)    | Ккал            | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы  | №<br>рецепт. |
|--|------------|---------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| <b>завтрак</b>                                 |            |               |                 |              |              |               |              |
| Икра овощная кабачковая                        | 30         |               | 66,83           | 1,36         | 3,59         | 7,19          | 3            |
| Тфтели мясные тушеные в томатном соусе         | 50/50      |               | 222,50          | 6,14         | 16,83        | 11,48         | 279,5        |
| Макаронные изделия отварные с маслом           | 180/5      |               | 223,32          | 6,55         | 3,91         | 40,48         | 203          |
| Чай с молоком                                  | 200/15     |               | 81,00           | 1,52         | 1,35         | 15,90         | 378          |
| Хлеб пшеничный                                 | 50         |               | 124,88          | 3,67         | 1,50         | 25,00         |              |
| <b>Итого за завтрак</b>                        | <b>580</b> | <b>90,68</b>  | <b>718,53</b>   | <b>19,24</b> | <b>27,18</b> | <b>100,05</b> |              |
| <b>обед</b>                                    |            |               |                 |              |              |               |              |
| Суп с рисом, курицей и зеленью                 | 250/15/1   |               | 145,65          | 5,78         | 6,54         | 15,92         | 101,05       |
| Биточки рыбные с томатно-сметанным соусом      | 50/50      |               | 150,39          | 7,04         | 9,15         | 9,98          | 234,09       |
| Картофельное пюре с маслом и квашеной капустой | 180/5/45   |               | 193,73          | 3,96         | 8,21         | 26,00         | 312,03       |
| Напиток из шиповника                           | 180        |               | 71,49           | 0,29         | 0,13         | 17,01         | 388          |
| 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>896</b> | <b>126,96</b> | <b>824,4</b>    | <b>25,07</b> | <b>26,43</b> | <b>125,29</b> |              |
| <b>полдник</b>                                 |            |               |                 |              |              |               |              |
| Плюшка "Московская"                            | 150        |               | 566,94          | 13,42        | 15,85        | 92,61         | 421,05       |
| Чай с сахаром                                  | 200/10     |               | 39,90           |              |              | 9,98          | 376          |
| <b>Итого за полдник</b>                        | <b>360</b> | <b>56,59</b>  | <b>606,84</b>   | <b>13,42</b> | <b>15,85</b> | <b>102,59</b> |              |
| <b>Итого за день:</b>                          |            |               | <b>2 149,77</b> | <b>57,73</b> | <b>69,46</b> | <b>327,93</b> |              |

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир