

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО КП Вкусная страна  
А.В.Харитонов

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ Школа № 121  
г.о.Самара

## МЕНЮ (7-11 ЛЕТ)

4 день

03.09.2026

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур | Цена    |
|----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|---------|
|                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |         |
| Завтрак                          |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                | 150          | 11,38            | 15,63   | 4,05        | 202,84                        | 214          | 2008             |         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                | 50           | 3,83             | 1,50    | 25,67       | 131,00                        | ТК №1        | 2022             |         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ       | 200          | 3,51             | 2,43    | 17,99       | 108,46                        | ТК № 44      | 2022             |         |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                 | 100          | 7,58             | 12,91   | 59,73       | 385,18                        | 424          | 2011             |         |
| Итого за прием пищи:             | 500          | 26,30            | 32,47   | 107,44      | 827,48                        |              |                  | 59,50р. |
| Обед                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ          | 60           | 0,44             | 6,04    | 1,37        | 61,58                         | 19           | 2008             |         |
| СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ          | 200/15       | 10,55            | 12,98   | 22,27       | 248,27                        | 102          | 2011             |         |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ              | 250          | 12,94            | 18,52   | 26,47       | 325,02                        | 259          | 2011             |         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 50           | 3,71             | 0,30    | 24,34       | 114,86                        | ТК №21       | 2022             |         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50           | 3,31             | 0,44    | 21,20       | 101,98                        | ТК №21       | 2022             |         |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД            | 200          | 0,18             | 0,08    | 11,06       | 46,98                         | 375          | 2011             |         |
| Итого за прием пищи:             | 825          | 31,13            | 38,36   | 106,71      | 898,69                        |              |                  | 80,43р. |
| Полдник                          |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |
| ПРЯНИКИ                          | 100          | 5,90             | 4,70    | 75,00       | 366,00                        |              | 2008             |         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                    | 200          | 0,20             | 0,00    | 7,30        | 30,00                         | ТК № 40      | 2022             |         |
| Итого за прием пищи:             | 300          | 6,10             | 4,70    | 82,30       | 396,00                        |              |                  | 27,60р. |
| Всего за день:                   |              | 63,53            | 75,53   | 296,45      | 2 122,17                      |              |                  |         |

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО КП Вкусная страна

А.В.Харитонов

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Школа № 121  
г.о.Самара

г.о.Самара

## МЕНЮ (12-18 ЛЕТ)

4 день

03.09.2026

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур | Цена    |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|---------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |         |
| Завтрак                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |         |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ              | 200          | 20,40            | 25,61   | 3,60        | 326,74                        | 214         | 2008             |         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ              | 50           | 3,83             | 1,50    | 25,67       | 131,00                        | ТК №1       | 2022             |         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ     | 200          | 3,08             | 2,43    | 14,78       | 93,91                         | ТК № 44     | 2022             |         |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ               | 100          | 7,58             | 12,91   | 59,73       | 385,18                        | 424         | 2011             |         |
| Итого за прием пищи:           | 550          | 34,89            | 42,45   | 103,78      | 936,83                        |             |                  | 67,00 Р |
| Обед                           |              |                  |         |             |                               |             |                  |         |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ        | 100          | 0,76             | 6,09    | 2,38        | 67,24                         | 20          | 2011             |         |
| СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ        | 230/20       | 11,56            | 7,82    | 25,08       | 217,29                        | 102         | 2011             |         |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ            | 280          | 12,27            | 18,76   | 28,16       | 331,34                        | 259         | 2011             |         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ     | 30           | 2,22             | 0,18    | 14,60       | 68,92                         | ТК №21      | 2022             |         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 50           | 3,31             | 0,44    | 21,20       | 101,98                        |             | 2008             |         |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД          | 200          | 0,29             | 0,12    | 21,48       | 90,21                         | 375         | 2011             |         |
| Итого за прием пищи:           | 910          | 30,41            | 33,41   | 112,90      | 876,98                        |             |                  | 93,00 Р |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                  | 250          | 0,25             | 0,00    | 9,16        | 37,65                         | ТК № 40     | 2022             |         |
| ПРЯНИКИ                        | 100          | 5,90             | 4,70    | 75,00       | 366,00                        |             | 2008             |         |
| Итого за прием пищи:           | 350          | 6,15             | 4,70    | 84,16       | 403,65                        |             |                  | 42,00 Р |
| Всего за день:                 |              | 71,45            | 80,56   | 300,84      | 2 217,46                      |             |                  |         |