

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО КП Вкусная страна  
  
А.В.Харитонов

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ Школа № 121  
г.о.Самара  
«Школа № 121»  
г.о. Самара

МЕНЮ (7-11 ЛЕТ)

5 день

04.09.2026

| Прием пищи, наименование блюда            | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур | Цена    |
|-------------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|---------|
|                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод-ы, г |                               |              |                  |         |
| Завтрак                                   |              |                  |         |              |                               |              |                  |         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ               | 150          | 5,40             | 4,70    | 30,90        | 188,20                        | 209          | 2008             |         |
| ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 70/30        | 10,15            | 13,22   | 9,00         | 195,42                        | 279          | 2011             |         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                         | 50           | 3,83             | 1,50    | 25,67        | 131,00                        | ТК №1        | 2022             |         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                             | 200          | 0,20             | 0,00    | 7,30         | 30,00                         | ТК № 40      | 2022             |         |
| Итого за прием пищи:                      | 500          | 19,58            | 19,42   | 72,87        | 544,62                        |              |                  | 59,50р. |
| Обед                                      |              |                  |         |              |                               |              |                  |         |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ         | 200/20/5     | 4,08             | 5,49    | 7,99         | 97,86                         | 99           | 2011             |         |
| РИС ОТВАРНОЙ                              | 150          | 3,96             | 4,53    | 42,47        | 230,09                        | 325          | 2008             |         |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ         | 50/50        | 8,60             | 12,58   | 0,00         | 147,43                        | 312          | 2008             |         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ          | 50           | 3,31             | 0,44    | 21,20        | 101,98                        | ТК №21       | 2022             |         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 50           | 3,71             | 0,30    | 24,34        | 114,86                        | ТК №21       | 2022             |         |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ               | 200          | 0,00             | 0,00    | 6,78         | 27,09                         | ТК №8        | 2022             |         |
| Итого за прием пищи:                      | 775          | 23,66            | 23,34   | 102,78       | 719,31                        |              |                  | 80,43р. |
| Полдник                                   |              |                  |         |              |                               |              |                  |         |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                              | 200          | 0,97             | 0,19    | 19,59        | 83,42                         | 442          | 2008             |         |
| ПИРОЖКИ С ЯБЛОКОМ                         | 100          | 5,65             | 5,28    | 49,41        | 268,94                        | 406.2        | 2011             |         |
| Итого за прием пищи:                      | 300          | 6,62             | 5,47    | 69,00        | 352,36                        |              |                  | 27,60р. |
| Всего за день:                            |              | 49,86            | 48,23   | 244,65       | 1 616,29                      |              |                  |         |

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО КП Вкусная страна

А.В.Харитонов



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Школа №121  
г.о.Самара



МЕНЮ (12-18 ЛЕТ)

5 день

04.09.2026

| Прием пищи, наименование блюда            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур | Цена    |
|-------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|---------|
|                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |         |
| Завтрак                                   |              |                  |         |             |                               |             |                  |         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ               | 180          | 6,49             | 5,65    | 37,12       | 226,07                        | 209         | 2008             |         |
| ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 100          | 7,17             | 12,74   | 9,74        | 182,09                        | 279         | 2011             |         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                         | 70           | 5,37             | 2,10    | 35,93       | 183,40                        | ТК №1       | 2022             |         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                             | 200          | 0,20             | 0,00    | 7,30        | 30,00                         | ТК № 40     | 2022             |         |
| Итого за прием пищи:                      | 550          | 19,23            | 20,49   | 90,09       | 621,56                        |             |                  | 67,00 Р |
| Обед                                      |              |                  |         |             |                               |             |                  |         |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ         | 230/20/5     | 4,63             | 13,72   | 9,06        | 178,53                        | 99          | 2011             |         |
| РИС ОТВАРНОЙ                              | 180          | 4,11             | 7,26    | 44,07       | 261,93                        | 325         | 2008             |         |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ         | 50/50        | 8,60             | 18,39   | 0,00        | 199,75                        | 312         | 2008             |         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                               | 50           | 3,31             | 0,44    | 21,20       | 101,98                        |             | 2008             |         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 50           | 3,71             | 0,30    | 24,34       | 114,86                        | ТК №21      | 2022             |         |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ               | 200          | 0,00             | 0,00    | 9,68        | 38,70                         | ТК №8       | 2022             |         |
| Итого за прием пищи:                      | 835          | 24,36            | 40,11   | 108,35      | 895,75                        |             |                  | 93,00 Р |
| Полдник                                   |              |                  |         |             |                               |             |                  |         |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                              | 250          | 1,21             | 0,24    | 24,49       | 104,28                        | 442         | 2008             |         |
| ПИРОЖКИ С ЯБЛОКОМ                         | 100          | 5,64             | 5,23    | 49,24       | 267,76                        | 406.2       | 2011             |         |
| Итого за прием пищи:                      | 350          | 6,85             | 5,47    | 73,73       | 372,04                        |             |                  | 42,00 Р |
| Всего за день:                            |              | 50,44            | 66,07   | 272,17      | 1 889,35                      |             |                  |         |