УТВЕРЖДАЮ_____
Директор ООО КП Вкусная страна

А.В.Харитонов

УТВЕРЖДАЮ_____
Директор МБОУ Школа №121
г.о.Самара

МЕНЮ (7-11 ЛЕТ)

2 день

10.11.2026

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/50	20,19	17,16	31,61	364,75	223	2011	
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ТК №2	2022	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,83	1,50	25,67	131,00	ТК №1	2022	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	24,42	141,00	382	2011	
Итого за прием пищи:	550	28,17	22,07	91,50	683,75			59,50р.
Обед								
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80	ТК № 14	2022	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ)	200/20/5	4,39	13,30	12,02	185,86	96	2011	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	12,53	19,49	40,84	392,25	311	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	
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,66	0,27	19,05	93,80	388	2011	
Итого за прием пищи:	785	25,08	33,86	118,47	896,55			80,43р.
Полдник								
КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН	200	5,80	5,00	8,00	106,00	386	2011	
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	100	8,01	8,35	57,11	335,20	422	2011	
Итого за прием пищи:	300	13,81	13,35	65,11	441,20			27,60р.
Всего за день:		67,06	69,28	275,08	2 021,50			

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО КП Вкусная страна

А.В.Харитонов

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Школа № 121
г.о.Самара

МЕНЮ (12-18 ЛЕТ)

2 день

10.11.2026

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценност ь, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	Цена
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г				
Завтрак								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	23,31	18,50	25,12	364,38	223	2011	
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ТК №2	2022	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,83	1,50	25,67	131,00	ТК №1	2022	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	13,77	98,42	ТК № 30	2022	
Итого за прием пищи:	550	31,29	23,41	74,36	640,80			67,00 ₽
Обед								
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	100	0,80	0,10	1,70	13,00	ТК № 14	2022	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	230/20/5	4,52	13,43	12,95	191,26	96	2011	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	280	13,71	23,72	53,23	485,81	311	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86	ТК №21	2022	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98		2008	
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,66	0,27	28,73	132,51	388	2011	
Итого за прием пищи:	935	26,71	38,26	142,15	1 039,42			93,00 ₽
Полдник								
КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН	250	7,25	6,25	10,00	132,50	386	2011	
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	100	7,99	8,31	57,07	334,58	422	2011	
Итого за прием пищи:	350	15,24	14,56	67,07	467,08			42,00 ₽
Всего за день:		73,24	76,23	283,58	2 147,30			