

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

Ген. директор

Трухтанова О.Ю.
расшифровка подписи

МЕНЮ НА 05.06.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет (Лагерь)



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Икра овощная кабачковая	30		66,83	1,36	3,59	7,19	3
Тефтели мясные тушеные в томатном соусе	50/50		167,60	6,34	11,56	9,55	279,08
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5		223,32	6,55	3,91	40,48	203
Кофейный напиток с молоком	200		78,71	1,89	1,34	14,78	379
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,90	1,50	25,10	
Итого за завтрак	565		661,34	20,04	21,90	97,10	
обед							
Салат "Летний"	60		73,30	1,48	4,81	4,46	34,01
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	250/5/1		121,23	5,31	5,43	12,84	82
Плов из птицы	280		419,90	20,72	12,79	55,47	291,2
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,90	1,50	25,10	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Итого за обед	896		854,73	33,81	24,93	125,43	
полдник							
Пирожок с картофелем	100		367,87	8,22	11,05	53,90	405,17
Компот из свежих яблок	200		78,65	0,16	0,16	18,89	342
Итого за полдник	300		446,52	8,38	11,21	72,79	
Итого за день:		296,28	1 962,59	62,23	58,04	295,32	

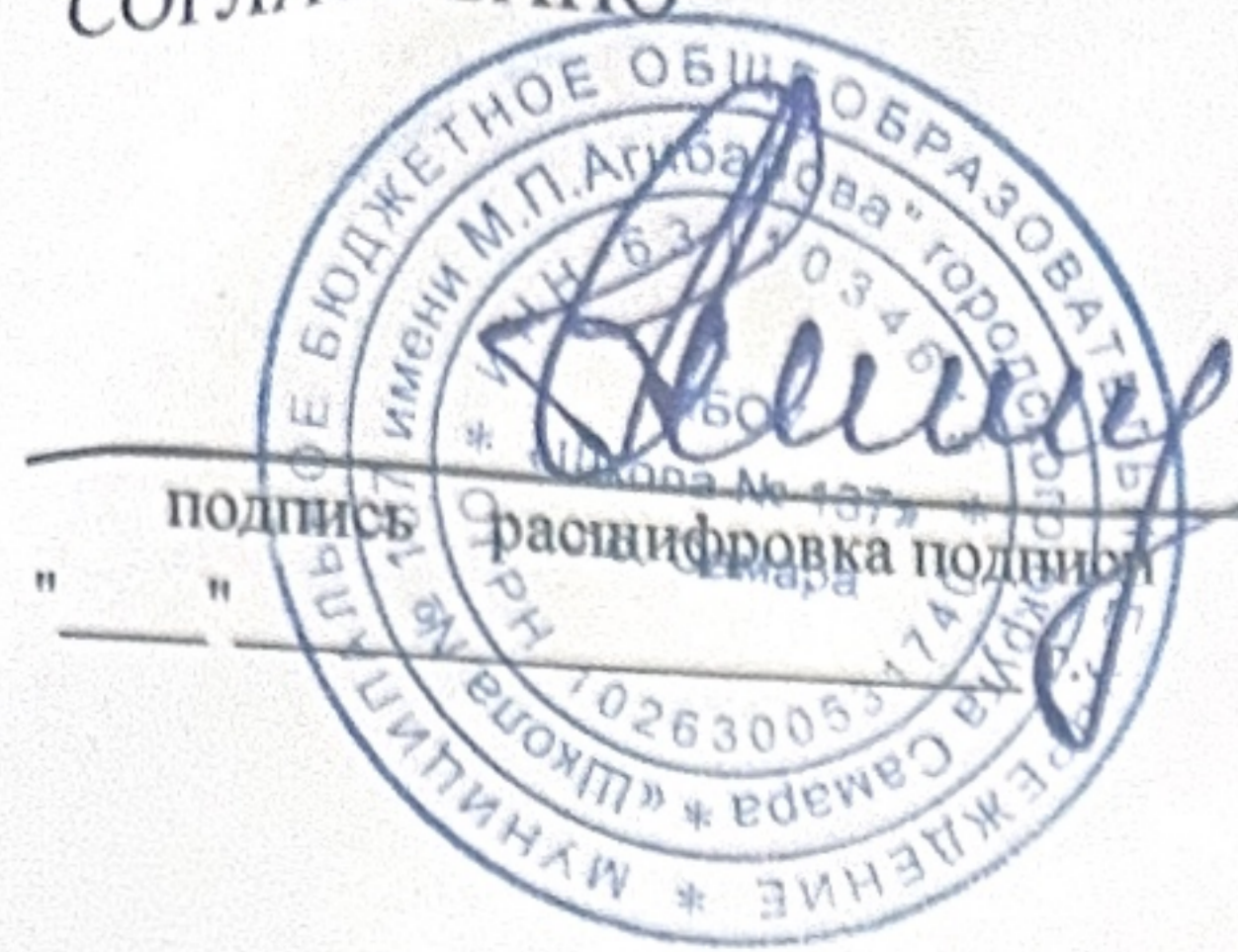
Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"



Ген. директор

должность



Грухтанова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 08.06.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет (Лагерь)



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Яблоко	130		61,10	0,52	0,52	12,74	338
Каша пшенная вязкая молочная с маслом	250/5		314,31	10,15	8,51	49,28	173,23
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,90	1,50	25,10	
Итого за завтрак	652		542,57	14,63	10,54	97,31	
обед							
Салат "Ароматный"	60		66,54	0,78	6,05	2,16	49
Суп овощной с курицей, зеленью и сметаной	250/15/5 /1		141,65	4,43	8,82	11,14	99,07
Гуляш мясной	100		246,64	12,34	20,72	2,71	260
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5		268,25	10,11	5,66	44,23	171
Компот из сухофруктов	200		94,82	0,01		18,91	349
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,90	1,50	25,10	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Итого за обед	906		1 018,3	33,97	43,15	121,83	
полдник							
Булочка с повидлом обсыпная	100		432,55	7,25	14,91	67,95	426
Снежок	200		108,00	5,80	5,00	8,40	386
Итого за полдник	300		540,55	13,05	19,91	76,35	
Итого за день:		296,28	2 101,42	61,65	73,6	295,49	

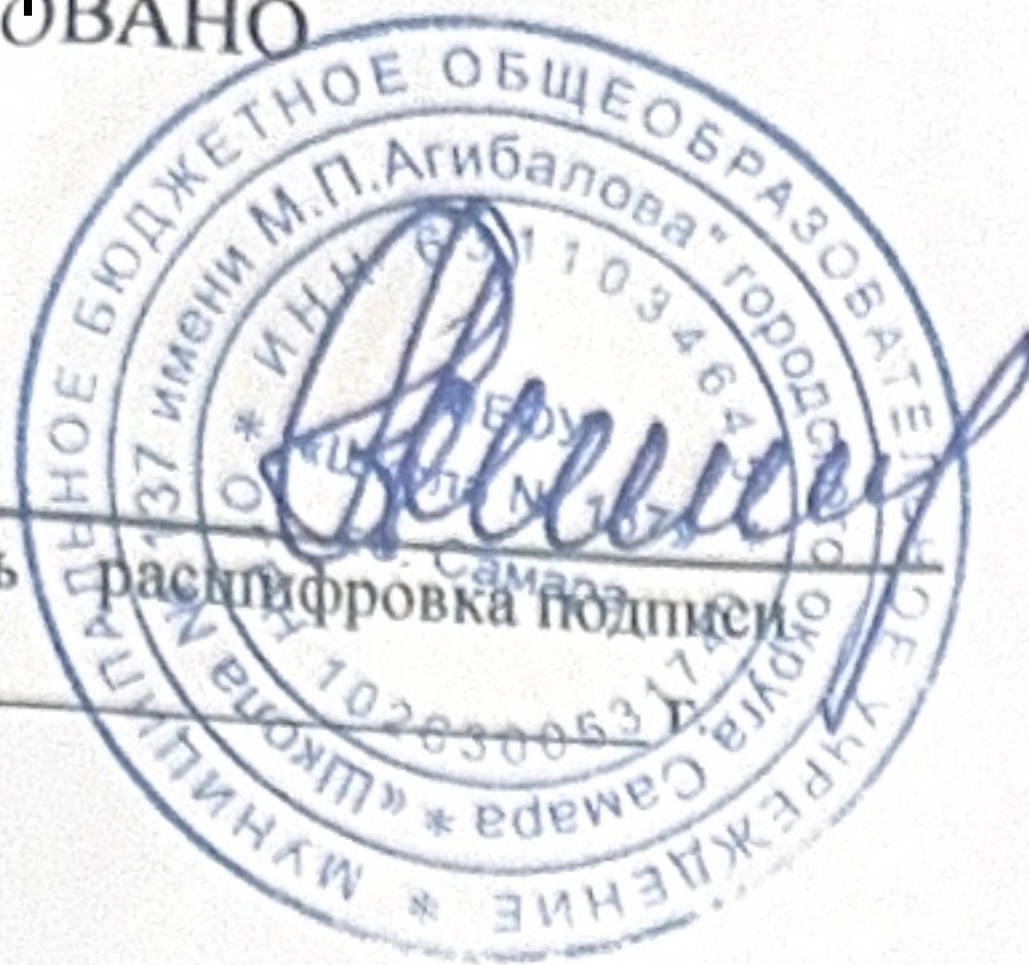
Калькулятор

Ирина Федорова

Федорова Ирина Александровна

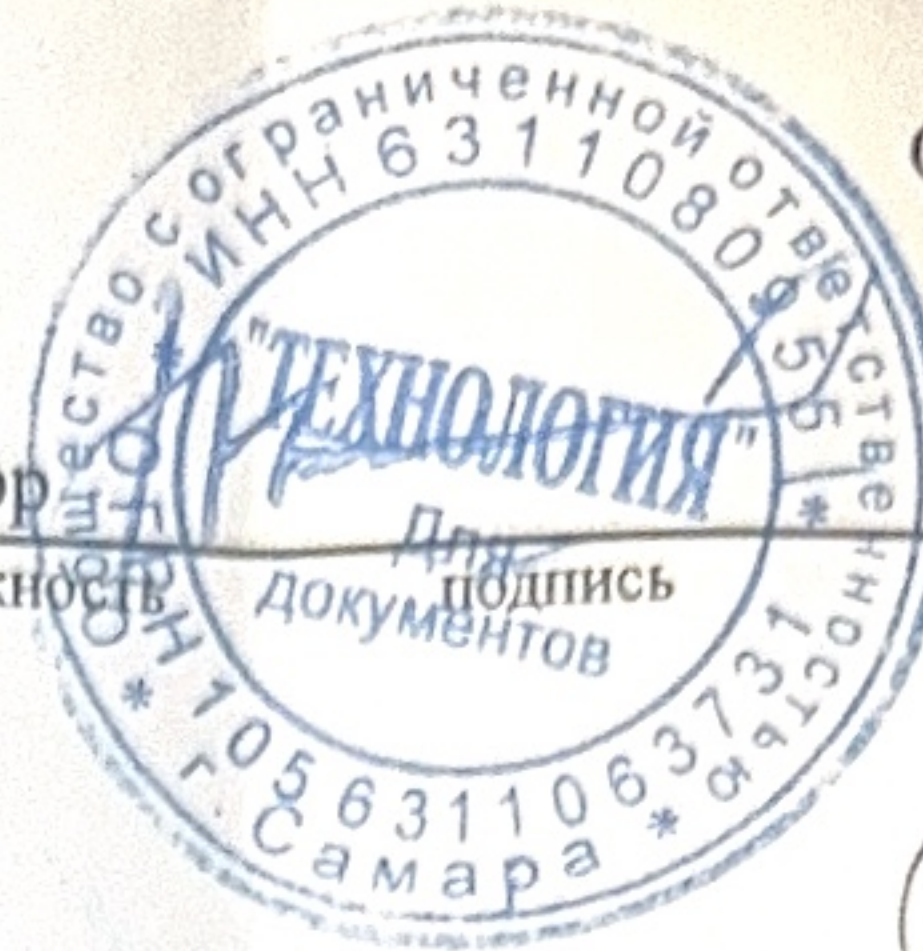
Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО



подпись _____
расшифровка подписи _____

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"



Ген. директор _____

должность _____

подпись _____
Документов

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 09.06.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет (Лагерь)



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Икра овощная кабачковая	30		66,83	1,36	3,59	7,19	3
Фрикадельки из кур с томатным соусом	50/50		157,87	7,42	11,39	6,41	297,5
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	3,90	1,50	25,10	
Итого за завтрак	580		653,9	20,75	21,74	95,08	
обед							
Салат "Школьный"	60		57,40	0,91	4,06	4,33	87
Суп с рисом, курицей и зеленью	250/15/1		145,65	5,78	6,54	15,92	101,05
Мясо тушеное по-домашнему	100		252,17	13,93	20,71	2,51	256,05
Каша пшенная с маслом	180/5		253,33	7,82	5,28	43,63	171,1
Напиток из шиповника	200		101,60	0,32	0,14	24,44	388
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,90	1,50	25,10	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Итого за обед	901		1 010,55	35,06	38,63	133,51	
полдник							
Плюшка "Московская"	100		383,45	8,95	11,17	61,74	421
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Итого за полдник	310		423,35	8,95	11,17	71,72	
Итого за день:			296,28	2 087,8	64,76	71,54	300,31

Калькулятор

Повар-бригадир

Ирина Федорова

Федорова Ирина Александровна

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

Ген. директор
должность _____



Трухтанова О.Ю.
расшифровка подписи

МЕНЮ НА 10.06.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет (Лагерь)



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15		208,00	5,78	13,55	15,50	3
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом	250/5		297,39	9,80	9,71	42,69	173,24
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,90	1,50	25,10	
Итого за завтрак	577		672,55	19,54	24,77	93,48	
обед							
Винегрет овощной	100		133,00	1,24	10,16	7,44	67
Суп картофельный с горохом и зеленью	250/1		136,53	5,54	4,88	17,60	102
Кнели куриные с томатным соусом	50/50		122,28	8,48	6,73	6,92	301,11
Капуста тушеная	180		148,48	4,55	7,43	15,87	321,07
Компот из лесных ягод	200		91,24	0,26	0,10	21,86	345
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,90	1,50	25,10	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Итого за обед	921		831,93	26,37	31,20	112,37	
полдник							
Пирожок с яблоком 100	100		273,00	5,67	5,13	50,77	470
Компот из сухофруктов	200		94,82	0,01		18,91	349
Итого за полдник	300		367,82	5,68	5,13	69,68	
Итого за день:		244,58	1 872,3	51,59	61,1	275,53	

Калькулятор

Ирина

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

Ген. директор

должность



Труханова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 11.06.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет (Лагерь)



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Яблоко	130		61,10	0,52	0,52	12,74	338
Запеканка рисовая с творогом и повидлом	200/20		309,42	14,18	8,93	61,08	283,05
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,90	1,50	25,10	
Итого за завтрак	610		535,3	18,60	10,95	108,90	
обед							
Салат "Солнышко" из моркови с яблоком	60		64,87	0,59	4,09	6,20	59
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	250/5/1		90,76	1,90	5,46	8,52	88
Мясо духовое с картофелем	280		405,99	15,42	26,55	26,35	258,2
Компот из свежих яблок	200		78,65	0,16	0,16	18,89	342
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,90	1,50	25,10	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Итого за обед	886		840,67	24,37	38,16	102,64	
полдник							
Гребешок с молоком сгущенным	100		453,47	12,90	9,78	78,41	405,16
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Итого за полдник	317		495,75	12,96	9,79	88,60	
Итого за день:		244,58	1 871,72	55,93	58,9	300,14	

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир