

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"

Ген. директор

Трухтанова О.Ю.
расшифровка подписи

МЕНЮ НА 06.03.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Фрукт сезонный	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом	200/5		265,82	8,34	9,31	37,01	173
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Итого за завтрак	565	75,65	491,7	12,53	11,33	84,73	
обед							
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/5/1		91,00	1,58	4,69	10,40	82,04
Плов из птицы со свежим огурцом	250/30		391,07	20,28	12,36	49,67	934,01
Компот из сухофруктов	180		93,84	0,01		17,70	349
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Итого за обед	746	102,26	751,33	27,20	18,65	115,35	
полдник							
Кондитерское изделие	50		210,00	4,00	6,50	33,00	932
Компот из лесных ягод	200		91,24	0,26	0,10	21,86	345
Итого за полдник	250		301,24	4,26	6,60	54,86	
Итого за день:			1 544,27	43,99	36,58	254,94	

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир