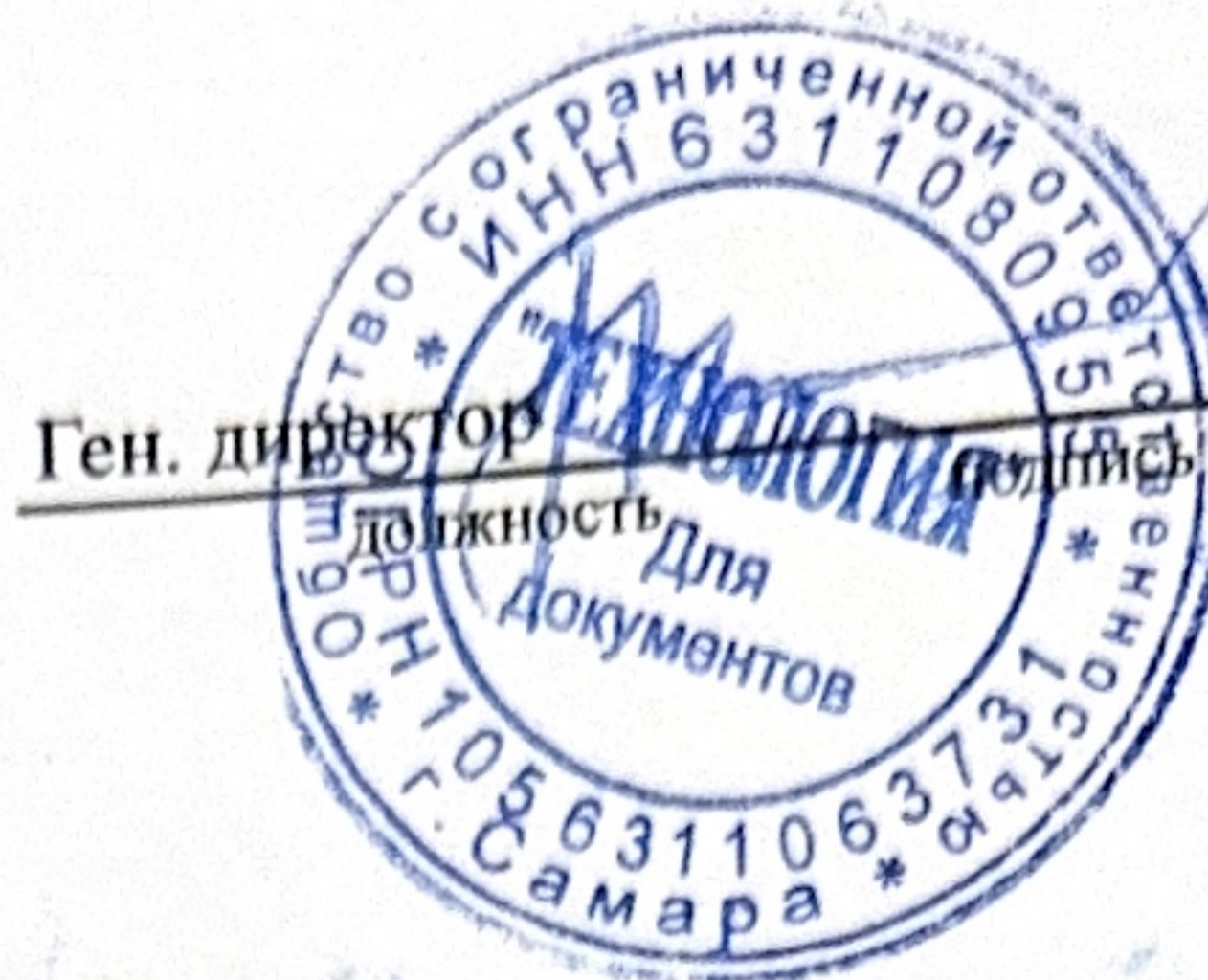


СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Технология"Труханова О.Ю.
расшифровка подписи

МЕНЮ НА 10.03.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Сыр порционно	15		53,75	3,48	4,43		15
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5		226,94	6,09	7,39	33,82	175
Курага	20		34,80	0,80	0,05	8,30	122
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Итого за завтрак	500	75,65	480,27	14,04	13,37	77,10	
обед							
Суп картофельный с горохом и зеленью	200/1		130,00	4,72	5,44	15,49	102
Котлета из мяса с томатным соусом 50/50	100		228,92	6,58	18,64	8,75	268,5
Вермишель отварная с маслом и кабачковой икрой	150/5/30		224,18	6,05	6,14	36,16	203,13
Компот из свежих яблок	180		76,77	0,14	0,14	18,50	342
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	835,29	22,82	31,96	116,48	
полдник							
Печенье порционно	100		434,00	9,16	7,78	83,04	935
Компот из сухофруктов	200		94,82	0,01		18,91	349
Итого за полдник	300		528,82	9,17	7,78	101,95	
Итого за день:			1 844,38	46,03	53,11	295,53	

Калькулятор

Повар-бригадир

Федорова Ирина Александровна