



УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

Ген. директор  
должность



Грухтанова О.Ю.  
расшифровка подписи

# МЕНЮ НА 25.03.2026

## МБОУ "Школа №137" г.о. Самара



для обучающихся 7-11 лет

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<b>завтрак</b>							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Яйцо вареное	50		78,50	6,35	5,75	0,35	209
Каша рисовая молочная с маслом	200/5		261,86	6,01	7,07	43,39	174
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>512</b>	<b>75,65</b>	<b>523,29</b>	<b>14,63</b>	<b>20,93</b>	<b>69,06</b>	
<b>обед</b>							
Суп картофельный с вермишелью, курицей и зеленью	200/15/1		120,00	6,10	3,45	16,61	103
Капуста тушеная с мясом	250		419,31	15,46	31,93	16,74	321
Компот из сухофруктов	180		93,84	0,01		17,70	349
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
<b>Итого за обед</b>	<b>736</b>	<b>102,26</b>	<b>833,55</b>	<b>27,64</b>	<b>37,28</b>	<b>93,63</b>	
<b>полдник</b>							
Печенье порционно	100		434,00	9,16	7,78	83,04	935
Напиток из шиповника	200		101,60	0,32	0,14	24,44	388
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>		<b>535,6</b>	<b>9,48</b>	<b>7,92</b>	<b>107,48</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1 892,44</b>	<b>51,75</b>	<b>66,13</b>	<b>270,17</b>	

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир