

Ген. директор _____
Трухтанова О.Ю. _____
расшифровка подписи" _____"
" _____"
" _____"
подпись расшифровка подписи

МЕНЮ НА 13.02.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет

| Наименование блюда | Выход (г) | Цена (руб) | Кал | Белки | Жиры | Углевод | № рецепт. |
|--------------------|-----------|------------|-----|-------|------|---------|-----------|
|--------------------|-----------|------------|-----|-------|------|---------|-----------|

| завтрак | | | | | | | |
|---|-------|--------|------|------|-------|--------|--|
| Итого за завтрак | | | | | | | |
| Масло порционное | 10 | 65,72 | 0,01 | 7,20 | 0,13 | 14 | |
| Фрикадельки из кур с томатным соусом | 50/30 | 138,90 | 8,85 | 8,31 | 7,20 | 297,07 | |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 180/5 | 241,38 | 6,78 | 7,14 | 37,56 | 203,16 | |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 86,85 | 1,45 | 1,25 | 17,37 | 379 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 99,90 | 2,93 | 1,20 | 20,00 | | |
| Итого за завтрак 515 75,65 632,75 20,02 25,10 82,26 | | | | | | | |

| обед | | | | | | | |
|---|---------|--------|-------|-------|-------|-------|--|
| Итого за обед | | | | | | | |
| Борш из свежей капусты со сметаной и зеленью | 200/5/1 | 91,00 | 1,58 | 4,69 | 10,40 | 82,04 | |
| Жаркое по-домашнему из птицы с отрубом | 250/30 | 405,36 | 18,37 | 18,27 | 29,28 | | |
| Чай с сахаром | 200/10 | 39,90 | | | 9,98 | 376 | |
| Хлеб пшеничный | 60 | 149,85 | 4,40 | 1,80 | 30,00 | | |
| Хлеб ржаной | 60 | 113,29 | 3,60 | 0,60 | 26,38 | | |
| Итого за обед 816 102,26 799,4 27,95 25,36 106,04 | | | | | | | |

| полдник | | | | | | | |
|--|-----|--------|------|------|-------|-----|--|
| Итого за полдник | | | | | | | |
| Кондитерское изделие | 50 | 210,00 | 4,00 | 6,50 | 33,00 | 932 | |
| Компот из свежих яблок | 200 | 78,65 | 0,16 | 0,16 | 18,89 | 342 | |
| Итого за день: 1720,8 52,13 57,12 240,19 | | | | | | | |

Калькулятор _____
Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир _____

Ген. директор _____
Трухтанова О.Ю. _____
расшифровка подписи" _____"
" _____"
" _____"
расшифровка подписи

МЕНЮ НА 13.02.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет

| Наименование блюда | Выход (г) | Цена (руб) | Ккал | Белки | Жиры | Углевод | № рецепт. |
|--------------------|-----------|------------|------|-------|------|---------|-----------|
|--------------------|-----------|------------|------|-------|------|---------|-----------|

| завтрак | | | | | | | |
|--------------------------------------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|----|
| Масло порционное | 10 | 65,72 | 0,01 | 7,20 | 0,13 | 14 | 14 |
| Фрикадельки из кур с томатным соусом | 50/50 | 153,48 | 9,07 | 9,32 | 8,33 | 297,04 | 14 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 180/5 | 241,38 | 6,78 | 7,14 | 37,56 | 203,16 | 14 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 86,85 | 1,45 | 1,25 | 17,37 | 379 | 14 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 149,85 | 4,40 | 1,80 | 30,00 | 379 | 14 |
| Итого за завтрак | 555 | 84,95 | 697,28 | 21,71 | 26,71 | 93,39 | |

| обед | | | | | | | |
|--|---------|--------|----------|-------|-------|--------|--|
| Борш из свежей капусты со сметаной и зеленью | 250/5/1 | 113,75 | 1,98 | 5,86 | 13,00 | 82,12 | |
| Жаркое по-домашнему из цыплят с грибами | 280/30 | 434,45 | 18,78 | 19,35 | 32,30 | 259,06 | |
| Чай с сахаром | 200/10 | 39,90 | | | 9,98 | 376 | |
| Хлеб пшеничный | 60 | 149,85 | 4,40 | 1,80 | 30,00 | 376 | |
| Хлеб ржаной | 60 | 113,29 | 3,60 | 0,60 | 26,38 | 376 | |
| Итого за обед | 896 | 118,94 | 851,24 | 28,76 | 27,61 | 111,66 | |
| Итого за день: | | | 1 548,52 | 50,47 | 54,32 | 205,05 | |

Калькулятор Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир

Ген. директор _____
Труханова О.Ю. _____
расшифровка подписи

расшифровка подписи



МЕНЮ НА 14.02.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет

| Наименование блюда | | Выход (г) | Цена (руб) | Кал | Белки | Жиры | Углевод | № рецент. |
|--------------------------------|----------|-----------|------------|-------|-------|--------|---------|-----------|
| завтрак | | | | | | | | |
| Масло порционное | 10 | 65,72 | 0,01 | 7,20 | 0,13 | 14 | | |
| Птица тушеная в томатном соусе | 50/50 | 174,97 | 15,57 | 10,85 | 3,59 | 290,11 | | |
| Каша пшенная с маслом | 150/5 | 242,60 | 6,93 | 6,11 | 39,94 | 171 | | |
| 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 | | | |
| Итого за завтрак | 512 | 75,65 | 600,5 | 24,77 | 25,07 | 68,85 | | |
| Итого за день: | | | 600,5 | 24,77 | 25,07 | 68,85 | | |

Калькулятор Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир

Ген. директор _____
Труханова О.Ю. _____
расшифровка подписи" _____
" _____
" _____
подпись расшифровка подписи

МЕНЮ НА 16.02.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет

| Наименование блюда | Выход (г) | Цена (руб) | Ккал | Белки | Жиры | Углевод | № рецепт. |
|--------------------|-----------|------------|------|-------|------|---------|-----------|
|--------------------|-----------|------------|------|-------|------|---------|-----------|

| завтрак | | | | | | | |
|--|----------|--------|------|------|-------|------|--|
| Бутерброд с повидлом | 30/40 | 179,80 | 3,12 | 1,16 | 40,06 | 2,03 | |
| Каша пшеничная вязкая молочная с маслом | 200/5 | 282,35 | 8,68 | 8,28 | 43,08 | 173 | |
| 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 | | |
| Итого за завтрак 522 75,65 579,36 14,06 10,35 108,33 | | | | | | | |

| обед | | | | | | | |
|---|----------|--------|-------|-------|-------|--------|--|
| Суп овощной с курицей, зеленью и сметаной | 200/15/5 | 133,09 | 6,26 | 8,01 | 8,99 | 99 | |
| Мясо тушеное по-домашнему | 100 | 484,25 | 16,65 | 44,52 | 4,08 | 256,05 | |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом и морковной | 150/5/20 | 275,93 | 9,24 | 7,46 | 42,94 | 171,32 | |
| икрой | 180 | 93,84 | 0,01 | | 17,70 | 349 | |
| Компот из сухофруктов | 40 | 99,90 | 2,93 | 1,20 | 20,00 | | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 75,52 | 2,40 | 0,40 | 17,58 | | |
| Хлеб ржаной | 40 | | | | | | |
| Итого за обед 756 102,26 1162,53 37,49 61,59 111,29 | | | | | | | |

| полдник | | | | | | | |
|--|-----|--------|------|------|-------|-----|--|
| Печенье порционно | 100 | 434,00 | 9,16 | 7,78 | 83,04 | 935 | |
| Снежок | 200 | 108,00 | 5,80 | 5,00 | 8,40 | 386 | |
| Итого за полдник 300 542 14,96 12,78 91,44 | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|
| Итого за день: 2283,89 66,51 84,72 311,06 | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|

Калькулятор _____
Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир _____

Ген. директор _____
Трухтанова О.Ю. _____
должность _____
подпись _____
расшифровка подписи _____" _____"
" _____"
" _____"
подпись _____
расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 16.02.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет

| Наименование блюда | | Выход (г) | Цена (руб) | Ккал | Белки | Жиры | Углевод | № рецепт. |
|--------------------|--|-----------|------------|------|-------|------|---------|-----------|
|--------------------|--|-----------|------------|------|-------|------|---------|-----------|

завтрак

| | | | | | | | | |
|-------------------------|----------|------|-------|--------|-------|------|----------|------|
| 2,06 | 49,81 | 1,16 | 3,18 | 217,30 | 3,18 | 1,16 | 49,81 | 2,06 |
| 173 | 54,26 | 9,30 | 10,78 | 344,87 | 10,78 | 9,30 | 54,26 | 173 |
| 377 | 10,19 | 0,01 | 0,06 | 42,28 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 377 |
| | 20,00 | 1,20 | 2,93 | 99,90 | 2,93 | 1,20 | 20,00 | |
| | 40 | | | | | | 40 | |
| | 200/7/10 | | | | | | 200/7/10 | |
| | 250/5 | | | | | | 250/5 | |
| | 40/45 | | | | | | 40/45 | |
| | 40 | | | | | | 40 | |
| | 597 | | | | | | 597 | |
| | 84,95 | | | | | | 84,95 | |
| | 704,35 | | | | | | 704,35 | |
| | 16,95 | | | | | | 16,95 | |
| | 11,67 | | | | | | 11,67 | |
| | 134,26 | | | | | | 134,26 | |
| Итого за завтрак | | | | | | | | |

обед

| | | | | | | | | |
|----------------------|----------|-------|-------|---------|-------|-------|----------|--------|
| 99,03 | 11,24 | 9,06 | 6,65 | 169,24 | 6,65 | 9,06 | 11,24 | 99,03 |
| 256,05 | 4,08 | 44,52 | 16,65 | 484,25 | 16,65 | 44,52 | 4,08 | 256,05 |
| 171,33 | 51,51 | 7,95 | 11,13 | 322,13 | 11,13 | 7,95 | 51,51 | 171,33 |
| 349 | 17,70 | 0,01 | 93,84 | 93,84 | 0,01 | 0,01 | 17,70 | 349 |
| | 30,00 | 1,80 | 4,40 | 149,85 | 4,40 | 1,80 | 30,00 | |
| | 26,38 | 0,60 | 3,60 | 113,29 | 3,60 | 0,60 | 26,38 | |
| | 140,91 | 63,93 | 42,44 | 1 332,6 | 42,44 | 63,93 | 140,91 | |
| | 876 | | | | | | 876 | |
| | 118,94 | | | | | | 118,94 | |
| | 1 332,6 | | | | | | 1 332,6 | |
| | 2 036,95 | | | | | | 2 036,95 | |
| | 59,39 | | | | | | 59,39 | |
| | 75,6 | | | | | | 75,6 | |
| | 275,17 | | | | | | 275,17 | |
| Итого за обед | | | | | | | | |

Калькулятор Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир

Ген. директор _____
Ирухтанова О.Ю. _____
расшифровка подписидолжность _____
подпись _____
расшифровка подписи

МЕНЮ НА 17.02.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет

| Наименование блюда | Выход (г) | Цена (руб) | Ккал | Белки | Жиры | Углевод | № рецепт. |
|--------------------|-----------|------------|------|-------|------|---------|-----------|
|--------------------|-----------|------------|------|-------|------|---------|-----------|

| завтрак | | | | | | | |
|--|--------|--------|--------|-------|-------|--------|--|
| Икра овощная кабачковая | 30 | 66,83 | 1,36 | 3,59 | 7,19 | 3 | |
| Тфтели мясные тушеные в томатном соусе | 50/30 | 207,83 | 5,92 | 15,82 | 10,35 | 279,5 | |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150/5 | 201,15 | 5,61 | 5,95 | 31,30 | 203,19 | |
| Чай с молоком | 200/15 | 81,00 | 1,52 | 1,35 | 15,90 | 378 | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 74,93 | 2,20 | 0,90 | 15,00 | | |
| Итого за завтрак | 510 | 75,65 | 631,74 | 16,61 | 27,61 | 79,74 | |

| обед | | | | | | | |
|--|----------|--------|--------|-------|-------|--------|--|
| Суп с рисом, курицей и зеленью | 200/15/1 | 119,00 | 6,39 | 4,11 | 14,01 | 101 | |
| Виточки рыбные с томатно-метанным соусом | 50/50 | 168,39 | 7,49 | 10,49 | 10,94 | 234,09 | |
| Картофельное пюре с маслом и квашеной капустой | 150/5/45 | 201,47 | 4,00 | 10,27 | 23,26 | 312,08 | |
| Напиток из шиповника | 180 | 71,49 | 0,29 | 0,13 | 17,01 | 388 | |
| 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 | 776 | 102,26 | 735,77 | 23,50 | 26,60 | 102,80 | |

| полдник | | | | | | | |
|----------------------|--------|--------|------|------|-------|-----|--|
| Кондитерское изделие | 50 | 210,00 | 4,00 | 6,50 | 33,00 | 932 | |
| Чай с сахаром | 200/10 | 39,90 | 9,98 | 376 | | | |
| Итого за полдник | 260 | 249,9 | 4,00 | 6,50 | 42,98 | | |

| Итого за день: | | | | | | | |
|-----------------------|--|----------|-------|-------|--------|--|--|
| | | 1 617,41 | 44,11 | 60,71 | 225,52 | | |

Калькулятор _____
Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир _____

Ген. директор _____
Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи _____

расшифровка подписи _____

" _____
" _____
" _____

подпись расшифровка подписи

МЕНЮ НА 17.02.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 11-18 лет



| Наименование блюда | | Выход (г) | Цена (руб) | Ккал | Белки | Жиры | Углевод | № рецепт. |
|--------------------|--|-----------|------------|------|-------|------|---------|-----------|
|--------------------|--|-----------|------------|------|-------|------|---------|-----------|

завтрак

| | | | | | | | | |
|--|--------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------|
| Икра овощная кабачковая | 30 | 66,83 | 1,36 | 3,59 | 7,19 | 3 | 11,48 | 279,5 |
| Тфтели мясные тушеные в томатном соусе | 50/50 | 222,50 | 6,14 | 16,83 | 11,48 | 203 | 43,13 | 279,5 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 180/5 | 247,19 | 7,08 | 5,13 | 43,13 | 203 | 43,13 | 279,5 |
| Чай с молоком | 200/15 | 81,00 | 1,52 | 1,35 | 15,90 | 378 | 15,90 | 25,00 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 124,88 | 3,67 | 1,50 | 25,00 | | 15,90 | 25,00 |
| Итого за завтрак | | 580 | 84,95 | 742,4 | 19,77 | 28,40 | 102,70 | |

обед

| | | | | | | | | |
|--|----------|------------|---------------|----------------|--------------|---------------|---------------|--------|
| Суп с рисом, курицей и зеленью | 250/15/1 | 148,75 | 7,99 | 5,14 | 17,51 | 101,05 | 10,94 | 234,09 |
| Виточки рыбные с томатно-сметанным соусом | 50/50 | 168,39 | 7,49 | 10,49 | 10,94 | 234,09 | 10,94 | 234,09 |
| Картофельное пюре с маслом и крашеной капустой | 180/5/45 | 193,73 | 3,96 | 8,21 | 26,00 | 312,03 | 26,00 | 312,03 |
| Напиток из шиповника | 180 | 71,49 | 0,29 | 0,13 | 17,01 | 388 | 17,01 | 388 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 149,85 | 4,40 | 1,80 | 30,00 | | 30,00 | |
| Хлеб ржаной | 60 | 113,29 | 3,60 | 0,60 | 26,38 | | 26,38 | |
| Итого за обед | | 896 | 118,94 | 845,5 | 27,73 | 127,84 | 127,84 | |
| Итого за день: | | | | 1 587,9 | 47,5 | 54,77 | 230,54 | |

Калькулятор
Федорова Ирина Александровна

Ловар-Бриггидир