

СОГЛАСОВАНО



Директор
МБОУ «Школа № 137»
г. о. Самара
Абузярова О.А.

УТВЕРЖДАЮ
ООО «Технология»

Ген. директор

должность



подпись

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 10.04.2026

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

СОГЛАСОВАНО

Директор
МБОУ «Школа № 137»
г. о. Самара
Федорова О.А.

МБОУ «Школа № 137»
г. о. Самара
ИНН 6311034845

Подпись: _____
расшифровка подписи _____
г. _____

ООО «Технология»
ИНН 6311080953

Ген. директор _____
должность _____
подпись _____

УТВЕРЖДАЮ
ООО «Технология»

Трухтанова О.Ю.
расшифровка подписи _____

МЕНЮ НА 13.04.2026

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

Ирина Федорова

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир



Директор
МБОУ «Школа № 137»
г. о. Самара
Абузярова О.А.

УТВЕРЖДАЮ
ООО «Технология»

Ген. директор

должность



подпись

Трухтанова О.Ю.

расшифровка подписи

МЕНЮ НА 14.04.2026

МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Масло порционно	10		65,72	0,01	7,20	0,13	14
Плов из птицы	280		490,70	20,41	18,40	60,69	291
Чай с лимоном	200/7/10		42,28	0,06	0,01	10,19	377
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Итого за завтрак	547	75,65	698,6	23,41	26,81	91,01	
обед							
Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью	200/5/1		98,18	1,89	4,45	12,63	96,01
Тефтели рыбные с томатно-сметанным соусом	50/50		136,76	7,29	7,20	10,66	239
Картофельное пюре с огурцом	150/5/30		192,54	3,52	5,27	22,81	312,09
Напиток из шиповника	180		71,49	0,29	0,13	17,01	388
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Хлеб ржаной	40		75,52	2,40	0,40	17,58	
Итого за обед	771	102,26	724,34	19,79	19,25	110,69	
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:			1 724,18	47,46	52,66	256,56	

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир