

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

Трухтанова О.Ю.

должность

подпись

расшифровка подписи

подпись расшифровка подписи

" " г.



МЕНЮ НА 20.10.2025
МБОУ "Школа №137" г.о. Самара

для обучающихся 7-11 лет

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
завтрак							
Яблоко	100		61,10	0,52	0,52	12,74	338,16
Каша пшенная 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	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Итого за завтрак	562	65,41	485,63	12,19	10,01	86,01	
обед							
Суп из овощей с курицей, зел. горошком и сметаной	200/15/5 /1		133,09	6,26	8,01	8,99	99
Мясо тушеное с овощами	50/50		322,83	11,10	29,68	2,72	256,05
Каша гречневая рассыпчатая с маслом и морковной икрой	150/5/20		275,93	9,24	7,46	42,94	171,32
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	756	84,78	1 001,11	31,94	46,75	109,93	
Итого за день:			1 486,74	44,13	56,76	195,94	

Калькулятор

Федорова Ирина Александровна

Повар-бригадир