



МЕНЮ

1 - 4 классы
 1 день 1 неделя
 На 15 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		80,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Каша жидкая молочная пшениная	150/10гр.		217,14	5,72	8,82	28,22
Кофейный напиток с молоком	180гр.		90,54	2,85	2,41	14,36
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,80
Всего в завтрак	520гр.		616,14	15,51	19,57	93,10
обед:		105,00				
Салат из свежей капусты с морковью и хлеб пшеничный	80гр.		117,20	3,04	3,34	18,75
Суп картофельный с бобовыми, с зелен.	200/3гр.		118,95	4,40	4,22	13,27
Плов из филе птицы	37,5/150гр.		338,75	15,88	9,81	33,50
Компот из смеси сухофруктов	200гр.		132,80	1,16	0,30	47,26
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	700,5гр.		776,67	26,16	18,00	127,60
полдник:						
Родительские средства		45,00				
СВО		36,86				
Сосиска в тесте	110гр.		271,00	9,60	13,84	26,90
Сок яблочный	200гр.		86,60	1,00	0,20	20,20
Всего в полдник	310гр.		357,60	10,60	14,04	47,10
Всего за день			1760,41	62,27	61,61	267,8

Зав. Производством _____

Калькулятор _____



МЕНЮ

5 - 11 классы
 1 день 1 неделя
 На 15 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		86,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Каша жидкая молочная пшениная	200/10гр.		285,00	7,51	11,72	37,05
Кофейный напиток с молоком	200гр.		100,60	3,17	2,68	15,95
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,80
Всего в завтрак	590гр.		694,06	17,62	22,64	103,63
обед:		110,00				
Салат из свежей капусты с морковью и хлеб пшеничный	80гр.		117,20	3,04	3,34	18,75
Суп картофельный с бобовыми, с зелен.	250/3гр.		148,25	5,49	5,27	16,54
Плов из филе птицы	50/200гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
Компот из смеси сухофруктов	200гр.		132,80	1,16	0,30	47,26
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	813гр.		918,89	32,56	22,32	142,04
полдник:						
Родительские средства		45,00				
СВО		54,13				
Сосиска в тесте	110гр.		271,00	9,60	13,84	26,90
Сок яблочный	240гр.		103,92	1,20	0,24	24,24
Всего в полдник	350гр.		374,92	10,80	14,08	51,14
Всего за день			1987,9	60,97	59,04	296,71

Зав. Производством _____

Калькулятор _____



Утверждаю
 Директор ООО "Мега-сити С"
 Степкина О.Г.



Согласовано
 Директор МБОУ Школа № 13 г.о. Самара

МЕНЮ

1 - 4 классы
 2 день 1 недели

На 16 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		80,00				
Икра кабачковая порцион. и батон	65гр.		133,80	3,73	2,75	23,00
Сосиска отварная	50/5гр.		200,08	6,77	18,97	0,33
Каша рассыпч.из гречневой крупы	150/7гр.		246,49	8,66	6,15	39,07
Чай с лимоном	180/10гр.		37,63	0,47		8,83
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Всего в завтрак	628гр.		717,17	22,88	28,19	91,63
обед:		105,00				
Зеленый горошек консервиров. и хлеб пшеничный	80гр.		90,24	3,92	0,40	17,74
Рассольник ленинградский,с зелен	200/3/10гр.		94,20	1,63	4,12	9,70
Тефтели из говядины с соусом	50/40гр.		235,63	5,80	4,92	8,23
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,90	5,10	7,50	28,50
Чай с сахаром	200гр.		40,06	0,53		9,47
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	763гр.		730,94	19,66	17,27	68,46
полдник:						
Родительские средства		45,00				
СВО		35,86				
Пирожок с картофелем	100гр.		222,00	6,30	3,63	40,92
Кисель	200гр.		145,08	0,24	0,12	35,76
Всего в полдник	300гр.		367,08	6,54	3,75	76,68
Всего за день			1815,19	49,08	49,21	256,77

Зав. Производством

Калькулятор

(Handwritten signature)



Утверждаю
 Директор ООО "Мега-сити С"
 Степкина О.Г.



Согласовано
 Директор МБОУ Школа № 13 г.о. Самара

МЕНЮ

5 - 11 классы
 2 день 1 недели

На 16 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		85,00				
Икра кабачковая порцион. и батон	85гр.		133,80	3,73	2,75	23,00
Сосиска отварная	50/5гр.		200,08	6,77	18,97	0,33
Каша рассыпч.из гречневой крупы	200/7гр.		326,00	11,46	8,12	51,52
Чай с лимоном	200/10гр.		41,60	0,53		9,87
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Всего в завтрак	698гр.		799,65	26,71	30,16	105,02
обед:		110,00				
Зеленый горошек консервиров. и хлеб пшеничный	80гр.		90,24	3,92	0,40	17,74
Рассольник ленинградский,с зелен	250/3/10гр.		107,25	2,02	5,09	11,98
Тефтели из говядины с соусом	60/50гр.		288,00	8,32	6,02	10,06
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,90	5,10	7,50	28,50
Чай с сахаром	200гр.		40,06	0,53		9,47
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	833гр.		796,36	21,57	19,34	92,57
полдник:						
Родительские средства		45,00				
СВО		54,13				
Пирожок с картофелем	100гр.		222,00	6,30	3,63	40,92
Кисель	250гр.		181,35	0,30	0,15	44,70
Всего в полдник	350гр.		403,35	6,60	3,78	85,62
Всего за день			1999,36	63,88	53,28	283,21

Зав. Производством

Калькулятор

(Handwritten signature)



МЕНЮ
1 - 4 классы
3 день 1 недели
На 17 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		80,00				
Омлет натуральный	105/5гр.		284,00	10,78	19,20	2,04
Макаронные изделия отварные с сыром	100/20/5гр.		299,00	8,45	9,95	21,32
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26,00
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,80
Всего в завтрак	505гр.		816,45	29,45	30,46	99,96
обед:		105,00				
Салат из свеклы отварной и хлво	80гр.		116,54	3,08	3,31	18,62
Суп картоф.с рисом и рыбными конс.,с зелен.	20/200/3гр.		165,06	1,79	2,27	17,57
Оладьи из печени с соусом	50/50гр.		164,00	9,34	11,28	4,96
Пюре картофельное	150гр.		149,73	3,08	2,33	19,13
Компот из хурга	180гр.		103,32	1,17	0,07	40,21
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	783гр.		707,62	20,14	19,69	110,01
полдник:						
Родительские средства		45,00				
СВО		36,88				
Фрукт яблоко	50гр.		22,20	0,20	0,20	4,90
Кекс столичный	50гр.		210,00	3,05	9,23	28,71
Чай с молоком	200гр.		159,00	2,31	10,02	15,00
Всего в полдник	300гр.		391,20	5,56	18,45	48,61
Всего за день			1915,27	55,15	69,60	248,58

Зам. Производства _____
Калькулятор _____



МЕНЮ
5 - 11 классы
3 день 1 недели
На 17 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		85,00				
Омлет натуральный	105/5гр.		284,00	10,78	19,20	2,04
Макаронные изделия отварные с сыром	150/20/5гр.		292,60	11,64	13,93	29,85
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26,00
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,80
Всего в завтрак	555гр.		900,05	32,64	34,44	98,49
обед:		110,00				
Салат из свеклы отварной и хлво	80гр.		116,54	3,08	3,31	18,62
Суп картоф.с рисом и рыбными конс.,с зелен.	20/250/3гр.		128,62	2,20	2,78	15,39
Оладьи из печени с соусом	50/50гр.		164,00	9,34	11,28	4,96
Пюре картофельное	150гр.		149,73	3,08	2,33	19,13
Компот из хурга	200гр.		114,80	1,30	0,08	44,68
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	833гр.		702,66	20,88	20,11	117,30
полдник:						
Родительские средства		45,00				
СВО		54,13				
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Кекс столичный	50гр.		210,00	3,05	9,23	28,71
Чай с молоком	200гр.		159,00	2,31	10,02	15,00
Всего в полдник	350гр.		413,40	5,76	19,66	53,51
Всего за день			2016,11	59,28	74,20	269,30

Зам. Производства _____
Калькулятор _____



Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С" (Степкина О.Г.)



Директор МБОУ Школа № 13 г.о.Самара

МЕНЮ

1 - 4 классы
4 день 1 недели

На 18 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак		80,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Запеканка из творога и риса с повидлом	135/15гр.		494,42	3,96	4,22	44,02
Кофейный напиток с молоком	180гр.		90,54	2,85	2,41	14,35
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Всего в завтрак	520гр.		921,76	14,69	14,97	114,70
обед:		105,00				
Салат картофель с солен.огур.и зел.горошком и хлеб пшеничный	80гр.		111,09	2,80	2,91	18,43
Щи из свежей капусты с картоф.и зеленью	200/10/3гр.		72,66	1,43	4,00	6,39
Котлета рубленая из бройлер-цыплен с соусом	50/50гр.		172,00	8,04	9,07	9,5
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	38,84
Компот из свежих ягод	180гр.		104,94	0,46	0,16	22,35
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	763гр.		761,54	23,31	20,67	111,33
полдник						
Родительские средства		45,00				
СВО		36,86				
Рогалик с повидлом	100гр.		212,80	4,60	1,87	44,45
Кисломолочный продукт Кефир	200гр.		118,00	5,81	6,40	8,00
Всего в полдник	300гр.		330,80	10,41	8,27	52,45
Всего за день			2014,10	48,41	43,81	278,48

Зав. Производством

Калькулятор



Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С" (Степкина О.Г.)



Директор МБОУ Школа № 13 г.о.Самара

МЕНЮ

5 - 11 классы
4 день 1 недели

На 18 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак		85,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Запеканка из творога и риса с повидлом	150/15гр.		543,87	4,38	4,65	48,43
Кофейный напиток с молоком	200гр.		113,00	2,94	1,99	20,92
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Всего в завтрак	555гр.		983,67	15,18	14,86	125,68
обед:		110,00				
Салат картофель с солен.огур.и зел.горошком и хлеб пшеничный	80гр.		111,09	2,80	2,91	18,43
Щи из свежей капусты с картоф.и зеленью	250/10/3гр.		89,75	1,77	4,96	7,90
Котлета рубленая из бройлер-цыплен с соусом	50/50гр.		172,00	8,04	9,07	9,5
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	38,84
Компот из свежих ягод	200гр.		116,60	0,52	0,18	24,84
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	823гр.		790,27	23,71	21,54	116,33
полдник						
Родительские средства		45,00				
СВО		54,13				
Рогалик с повидлом	100гр.		212,80	4,60	1,87	44,45
Кисломолочный продукт Кефир	250гр.		147,50	7,26	8	10,00
Всего в полдник	350гр.		360,30	11,86	9,87	54,45
Всего за день			2144,24	50,75	48,38	295,46

Зав. Производством

Калькулятор



МЕНЮ

1 - 4 классы
5 день 1 недели
На 19 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		80,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Сыр порционный	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.		189,81	2,59	12,03	17,77
Кондитер.изделие конфеты шоколадные	30гр.		52,00	1,50	0,04	11,36
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	2/40гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Итого в завтрак	500гр.		645,87	16,72	25,91	85,13
обед:		105,00				
Икра кабачков, порц.и хлеб пшеничн.	80гр.		104,77	2,88	2,73	17,19
Суп картоф. с макарон.изделиями,с зелен.	200/3гр.		102,90	2,15	2,27	14,00
Рыба тушеная с овощами	50/50гр.		131,25	12,19	6,19	4,75
Картофель отварной	150/5гр.		192,76	2,91	0,56	22,26
Напиток из плодов шиповника	180гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,66	0,33	14,82
Всего в обед	748гр.		679,65	22,07	12,32	88,50
полдник:						
Родительские средства СВО		45,00				
Плюшка Московская	100гр.		370,00	7,08	13,14	55,74
Сок яблочный	200гр.		86,60	1,00	0,20	20,20
Всего в полдник	300гр.		456,60	8,08	13,34	75,94
Всего за день			1782,32	46,87	51,57	249,57



МЕНЮ

5 - 11 классы
5 день 1 недели
На 19 апреля 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		85,00				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Сыр порционный	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/10гр.		249,12	3,40	15,80	23,33
Кондитер.изделие конфеты шоколадные	30гр.		52,00	1,50	0,04	11,36
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	2/40гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Итого в завтрак	550гр.		705,18	17,53	29,68	90,69
обед:		110,00				
Икра кабачков, порц.и хлеб пшеничн.	80гр.		104,77	2,88	2,73	17,19
Суп картоф. с макарон.изделиями,с зелен.	250/3гр.		128,25	2,69	2,84	17,46
Рыба тушеная с овощами	50/50гр.		131,25	12,19	6,19	4,75
Картофель отварной	160/5гр.		178,59	3,00	0,60	23,70
Напиток из плодов шиповника	200гр.		88,00	0,40	0,27	17,20
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,66	0,33	14,82
Всего в обед	828гр.		699,83	22,84	12,96	95,12
полдник:						
Родительские средства СВО		45,00				
Плюшка Московская	100гр.		370,00	7,08	13,14	55,74
Сок яблочный	250гр.		108,25	1,25	0,25	25,25
Всего в полдник	350гр.		478,25	8,33	13,39	80,99
Всего за день			1883,26	48,70	56,03	266,80

Зав. Производством _____

Калькулятор _____

Зав. Производством _____

Калькулятор _____

Утверждено

Директор ООО "Мега-сити С"

Стопкина О.Г.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 13 г.о. Самара

МЕНЮ

5 - 11 классы

6 день 1 недели

На 20 апреля 2024 г.



Утверждено

Директор ООО "Мега-сити С"

Стопкина О.Г.



Согласовано

Директор МБОУ Школа № 13 г.о. Самара

МЕНЮ

5 - 11 классы

6 день 1 недели

На 20 апреля 2024 г.



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		85,00				
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Оладьи с повидлом	150/20гр.		435,00	11,6	11,48	71,29
Кисломолочный продукт Йогурт	100гр.		66,88	5,13	1,88	7,38
Какао с молоком сгущенным	200гр.		138,40	3,87	2,6	25,08
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Всего в завтрак	550гр.		810,32	28,33	21,45	124,36
обед:		110,00				
Огурец соленый порционно и хлеб пшеничный	100гр.		144,28	5,06	0,64	29,66
Суп картофе. с фасолью и зеленью	250/3гр.		148,25	5,49	5,27	16,54
Рагу из птицы	50/200гр.		295,00	16,2	18,09	16,58
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	833гр.		696,50	28,96	24,33	87,07
Полдник:						
Родительские средства		45,00				
СВО		54,13				
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Бутерброд с повидлом	55гр.		156,00	2,40	3,87	27,83
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	355гр.		240,40	3,33	4,27	47,10
Всего за день			1747,22	61,62	50,06	258,53

Зав. Производством

Калькулятор

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		85,00				
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Оладьи с повидлом	150/20гр.		435,00	11,6	11,48	71,29
Кисломолочный продукт Йогурт	100гр.		66,88	5,13	1,88	7,38
Какао с молоком сгущенным	200гр.		138,40	3,87	2,6	25,08
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Всего в завтрак	550гр.		810,32	28,33	21,45	124,36
обед:		110,00				
Огурец соленый порционно и хлеб пшеничный	100гр.		144,28	5,06	0,64	29,66
Суп картофе. с фасолью и зеленью	250/3гр.		148,25	5,49	5,27	16,54
Рагу из птицы	50/200гр.		295,00	16,2	18,09	16,58
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	833гр.		696,50	28,96	24,33	87,07
Полдник:						
Родительские средства		45,00				
СВО		54,13				
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Бутерброд с повидлом	55гр.		156,00	2,40	3,87	27,83
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	355гр.		240,40	3,33	4,27	47,10
Всего за день			1747,22	61,62	50,06	258,53

Зав. Производством

Калькулятор