



1 - 4 классы
2 день 1 неделя
На 24 февраля 2026 г.



Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Икра кабачковая порционно	50гр.	34,63	0,51	2,43	2,70	
Сосиска отварная	52/5гр.	200,08	6,77	18,97	0,33	
Каша рассыпч. из гречневой крупы	150/7гр.	246,49	8,69	6,15	39,07	
Чай с лимоном	180/10гр.	37,63	0,47		8,93	
Батон	70гр.	198,34	6,44	0,64	40,60	
Всего в завтрак	524гр.	717,17	22,88	26,19	91,63	
обед:						
Салат из свежкл отварной	60гр.	55,68	0,85	3,61	4,95	
Рассольник ленинград. с птицей, с зелен.	200/10/3/10гр.	124,01	3,76	6,46	9,74	
Тфтели из говядины с соусом	50/40гр.	236,63	6,80	4,92	8,23	
Макаронные изделия отварные	150гр.	201,90	5,10	7,50	28,50	
Компот из смеси сухофруктов	200гр.	132,80	1,16	0,30	47,26	
Хлеб пшеничный	30гр.	70,14	2,37	0,30	14,49	
Хлеб ржаной	30гр.	68,97	1,68	0,33	14,82	
Всего в обед	783гр.	889,13	21,72	23,42	127,99	
полдник:						
Пончик со слущенкой	100гр.	366,00	9,18	14,13	50,30	
Кисель	200гр.	145,08	0,24	0,12	35,76	
Всего в полдник	300гр.	510,08	9,42	14,25	86,06	
Всего за день		2116,38	54,02	65,96	305,68	

Зав. Производством
Калькулятор



5 - 11 классы
2 день 1 неделя
На 24 февраля 2026 г.



Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
Икра кабачковая порционно	50гр.	34,63	0,51	2,43	2,70	
Сосиска отварная	52/5гр.	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	70гр.	198,34	6,44	0,64	40,60	
Всего в завтрак	594гр.	799,65	25,71	30,16	105,02	
обед:						
Салат из свежкл отварной	100гр.	92,80	1,41	6,01	8,26	
Рассольник ленинград. с птицей, с зелен.	250/10/3/10гр.	151,81	4,60	7,90	11,92	
Тфтели из говядины с соусом	60/50гр.	286,00	8,32	6,02	10,06	
Макаронные изделия отварные	180гр.	242,28	6,12	9,00	34,20	
Компот из смеси сухофруктов	200гр.	132,80	1,16	0,30	47,26	
Хлеб пшеничный	30гр.	70,14	2,37	0,30	14,49	
Хлеб ржаной	30гр.	68,97	1,68	0,33	14,82	
Всего в обед	923гр.	1046,80	25,66	29,86	141,01	
полдник:						
Пончик со слущенкой	100гр.	366,00	9,18	14,13	50,30	
Кисель	250гр.	181,35	0,30	0,15	44,70	
Всего в полдник	350гр.	546,35	9,48	14,28	95,00	
Всего за день		2392,80	60,85	74,30	341,03	

Зав. Производством
Калькулятор

Утверждено

Зам. директора ООО "Мед-Сити"

Степанова О.С.



1 - 4 классы
3 день 1 недели
На 25 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
-------------------	-------	-----------	------	------	------	------

завтрак:						
Омлет натуральный	105/5гр.		284,00	10,78	19,20	2,04
Макаронные изделия отварные с сыром	100/20/5гр.		209,00	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	40,60
Всего в завтрак	505гр.		816,45	29,45	30,45	89,96
Обед:						
Огурец натуральный соленый	60гр.		6,00	0,48	0,06	1,02
Суп картоф. с рисом и рыбными конс.-с. зелен.	20/200/3гр.		105,06	1,79	2,27	12,57
Сосиска отварная с соусом	52/50гр.		171,19	5,67	14,48	3,70
Пюре картофельное	150гр.		149,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	180гр.		103,32	1,17	0,07	40,21
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		88,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	775гр.		674,41	16,24	19,84	105,94
полдник:						
Плюшка Московская	100гр.		370,00	7,08	13,14	55,74
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	300гр.		410,00	7,61	13,14	65,21
Всего за день			1900,86	63,30	63,44	281,11

Зав. Производством

Калькулятор

Степанова О.С.

Утверждено

Зам. директора ООО "Мед-Сити"

Степанова О.С.



5 - 11 классы
3 день 1 недели
На 25 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
-------------------	-------	-----------	------	------	------	------

завтрак:						
Омлет натуральный	105/5гр.		284,00	10,78	19,20	2,04
Макаронные изделия отварные с сыром	150/20/5гр.		292,60	11,94	13,93	29,85
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26,00
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	555гр.		900,05	32,94	34,44	98,49
Обед:						
Огурец натуральный соленый	100гр.		10,00	0,80	0,10	1,70
Суп картоф. с рисом и рыбными конс.-с. зелен.	20/250/3гр.		128,62	2,20	2,78	15,39
Сосиска отварная с соусом	52/50гр.		171,19	5,67	14,48	3,70
Пюре картофельное	180гр.		179,67	3,69	2,79	22,95
Компот из кураги	200гр.		114,80	1,30	0,08	44,68
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		88,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	915гр.		743,39	17,71	20,86	117,73
полдник:						
Плюшка Московская	100гр.		370,00	7,08	13,14	55,74
Чай с сахаром	250гр.		50,00	0,66		11,93
Всего в полдник	350гр.		420,00	7,74	13,14	67,67
Всего за день			2063,44	68,29	68,44	283,79

Зав. Производством

Калькулятор

Степанова О.С.



1 - 4 классы
4 день 1 недели
На 26 февраля 2026 г.

МЕНЮ

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Запеканка из творога со ступенным молоком	135/1бр.	370,43	20,02	15,14	38,35	
Кофейный напиток с молоком	180гр.	90,54	2,85	2,41	14,35	
Сок	200гр.	86,60	1,00	0,20	20,20	
Батон	80гр.	226,68	7,36	0,74	46,40	
Всего в завтрак	610гр.	774,25	31,23	18,49	119,30	
обед:						
Салат картоф.с солен.огур.и зел.горошком	60гр.	49,14	0,51	3,13	4,72	
Ци из свеж.капусты с картоф.и курцей.с зелен.	200/10/3/10гр.	78,49	1,74	6,34	6,43	
Котлета курная с соусом	50/50гр.	172,00	8,04	9,07	9,5	
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.	246,49	8,89	6,15	39,07	
Компот из свежих ягод	180гр.	104,94	0,46	0,16	22,35	
Хлеб пшеничный	30гр.	70,14	2,37	0,30	14,49	
Хлеб ржаной	30гр.	68,97	1,68	0,33	14,82	
Всего в обед	780гр.	790,17	23,49	25,48	111,38	
полдник:						
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		1895,22	65,13	52,24	283,13	

Зав. Производством

Калькулятор



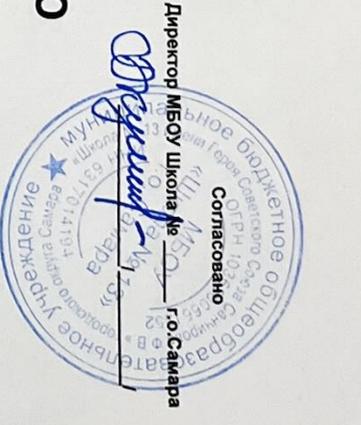
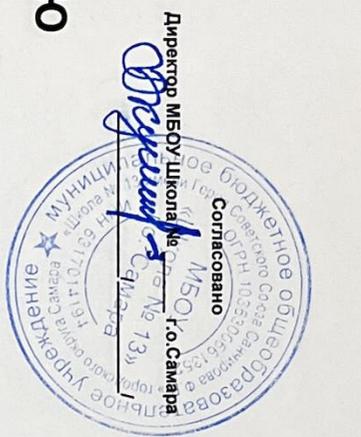
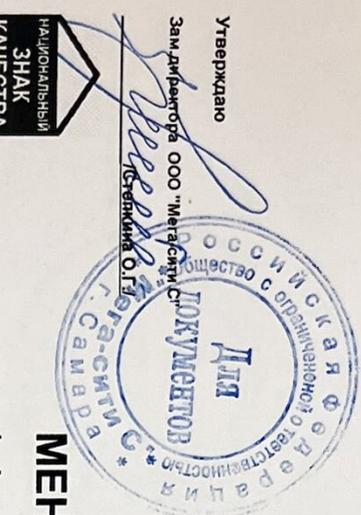
5 - 11 классы
4 день 1 недели
На 26 февраля 2026 г.

МЕНЮ

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Запеканка из творога со ступенным молоком	150/15гр.	426,00	23,03	17,42	44,10	
Кофейный напиток с молоком	200гр.	113,00	2,94	1,99	20,92	
Сок	200гр.	86,60	1,00	0,20	20,20	
Батон	80гр.	226,68	7,36	0,74	46,40	
Всего в завтрак	645гр.	852,28	34,33	20,35	131,62	
обед:						
Салат картоф.с солен.огур.и зел.горошком	100гр.	99,50	1,75	6,18	9,25	
Ци из свеж.капусты с картоф.и курцей.с зелен.	250/10/3/10гр.	96,08	2,13	7,76	7,87	
Котлета курная с соусом	50/50гр.	172,00	8,04	9,07	9,5	
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	180/7гр.	293,59	10,35	7,32	46,53	
Компот из свежих ягод	200гр.	116,60	0,52	0,18	24,84	
Хлеб пшеничный	30гр.	70,14	2,37	0,30	14,49	
Хлеб ржаной	30гр.	68,97	1,68	0,33	14,82	
Всего в обед	920гр.	916,88	26,84	31,14	127,30	
полдник:						
Рогалик с повидлом	100гр.	212,80	4,60	1,87	44,45	
Кисломолочный продукт Кефир	250гр.	147,50	7,26	8,00	10,00	
Всего в полдник	350гр.	360,30	11,86	9,87	54,45	
Всего за день		2129,46	73,03	61,36	313,37	

Зав. Производством

Калькулятор



Утверждаю

Зам. директора ООО "Мера-Сити С"

Степкина О.Г.



МЕНЮ

1 - 4 классы

5 день 1 неделя

На 27 февраля 2026 г.

Директор МБОУ Школа № 13

Сотласовано



Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Сыр порционнo	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Каша вязкая молочная из риса и пшени	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	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Итого в завтрак	500гр.		645,87	16,72	25,91	85,13
обед:						
Икра кабачковая порционно	60гр.		41,55	0,61	2,91	3,24
Суп картоф.с куриц.фрикадельками,с зеленью	20/200/3гр.		111,09	1,79	2,27	12,57
Рыба тушеная с овощами	50/50гр.		131,25	12,19	6,19	4,75
Рис отварной	150/5гр.		210,11	3,67	5,42	36,67
Напиток из плодов шиповника	180гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	778гр.		712,31	22,67	17,66	102,02
полдник:						
Булочка Выборгская	100гр.		320,00	6,60	14,36	41,13
Сок разливной	200гр.		86,60	1,00	0,20	20,20
Всего в полдник	300гр.		406,60	7,60	14,56	61,33
Всего за день			1764,78	46,99	58,13	248,48

Зав. Производством

Калькулятор

[Signature]

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мера-Сити С"

Степкина О.Г.



МЕНЮ

5 - 11 классы

5 день 1 неделя

На 27 февраля 2026 г.

Директор МБОУ Школа № 13

Сотласовано



Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Сыр порционнo	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Каша вязкая молочная из риса и пшени	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	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Итого в завтрак	550гр.		705,18	17,53	29,68	90,69
обед:						
Икра кабачковая порционно	100гр.		69,26	1,02	4,86	5,40
Суп картоф.с куриц.фрикадельками,с зеленью	20/250/3гр.		136,00	2,20	2,78	15,39
Рыба тушеная с овощами	50/50гр.		131,25	12,19	6,19	4,75
Рис отварной	180/5гр.		250,77	4,38	6,46	43,76
Напиток из плодов шиповника	200гр.		88,00	0,40	0,27	17,20
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	918гр.		814,39	24,24	21,19	115,81
полдник:						
Булочка Выборгская	100гр.		320,00	6,60	14,36	41,13
Сок разливной	250гр.		108,25	1,25	0,25	25,25
Всего в полдник	350гр.		428,25	7,85	14,61	66,38
Всего за день			1947,82	49,62	65,48	272,88

Зав. Производством

Калькулятор

[Signature]

Утверждаю

Согласовано

Зам. директора ООО "Мет-Сити"  Директор МБОУ Школа № 13  г.о. Самара



5 - 11 классы
6 день 1 недели

На 28 февраля 2026 г.



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
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	3,67	2,6	25,08
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Всего в завтрак	505гр.		739,45	23,62	16,28	124,05
обед:						
Огурец соленый	100гр.		10,00	0,8	0,1	1,70
Суп картофе. с фасолью и зеленью	250/3гр.		148,25	5,49	5,27	16,54
Рагу из филе птицы	50/200гр.		295,00	16,2	18,09	16,58
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	60гр.		140,28	4,74	0,60	28,98
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	893гр.		702,50	29,44	24,39	88,09
ПОЛДНИК:						
Кондитерское изделие печенье	150гр.		570,00	7,20	33,90	67,80
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	350гр.		610,00	7,73	33,90	77,27
Всего за день			2051,95	60,79	74,57	289,41

Зав. Производством

Калькулятор

Утверждаю

Согласовано

Зам. директора ООО "Мет-Сити"  Директор МБОУ Школа № 13  г.о. Самара



5 - 11 классы
6 день 1 недели

На 28 февраля 2026 г.



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:						
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	3,67	2,6	25,08
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Всего в завтрак	505гр.		739,45	23,62	16,28	124,05
обед:						
Огурец соленый	100гр.		10,00	0,8	0,1	1,70
Суп картофе. с фасолью и зеленью	250/3гр.		148,25	5,49	5,27	16,54
Рагу из филе птицы	50/200гр.		295,00	16,2	18,09	16,58
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	60гр.		140,28	4,74	0,60	28,98
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	893гр.		702,50	29,44	24,39	88,09
ПОЛДНИК:						
Кондитерское изделие печенье	150гр.		570,00	7,20	33,90	67,80
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Всего в полдник	350гр.		610,00	7,73	33,90	77,27
Всего за день			2051,95	60,79	74,57	289,41

Зав. Производством

Калькулятор