



Утверждено
 Зам. директора ООО "Метастим" *[Signature]*
 1 - 4 классы
 1 день 1 неделя
 На 09 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		52,27				
Масло сливочное	10гр.	65,72	0,10	7,20	0,13	
Каша жидкая молочная пшеничная	150/10гр.	217,14	5,72	8,92	28,22	
Кофейный напиток с молоком	180гр.	90,54	2,85	2,41	14,35	
Фрукт яблоко	100гр.	44,40	0,4	0,4	9,8	
Батон	70гр.	198,34	6,44	0,64	40,60	
Всего в завтрак	520гр.	616,14	15,51	19,57	93,10	
обед:		70,66				
Салат из белокоч. капусты с морковью	60гр.	56,47	0,79	3,64	5,11	
Суп картофельный с бобовыми, с зелень.	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 пшеничный	30гр.	70,14	2,37	0,30	14,49	
Хлеб ржаной	30гр.	68,97	1,68	0,33	14,82	
Всего в обед	710,5гр.	786,08	26,28	18,60	128,45	
ПОПДНИК:						
Сосиска в тесте	100гр.	271,00	9,60	13,84	26,90	
Чай с сахаром	200гр.	40,00	0,53		9,47	
Всего в поддник	300гр.	311,00	10,13	13,84	36,37	
Всего за день		1713,22	51,92	62,01	267,92	

Зав. Производством
[Signature]
 Калькулятор



Утверждено
 Зам. директора ООО "Метастим" *[Signature]*
 5 - 11 классы
 1 день 1 неделя
 На 09 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Масло сливочное	10гр.	65,72	0,10	7,20	0,13	
Каша жидкая молочная пшеничная	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	0,4	0,4	9,8	
Батон	70гр.	198,34	6,44	0,64	40,60	
Всего в завтрак	690гр.	694,06	17,62	22,64	103,53	
обед:						
Салат из белокочан. капусты с морковью	100гр.	94,12	1,33	6,08	8,52	
Суп картофельный с бобовыми, с зелень.	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 пшеничный	30гр.	70,14	2,37	0,30	14,49	
Хлеб ржаной	30гр.	68,97	1,68	0,33	14,82	
Всего в обед	863гр.	965,95	33,21	25,36	146,30	
ПОПДНИК:						
Сосиска в тесте	100гр.	271,00	9,60	13,84	26,90	
Чай с сахаром	240гр.	48,00	0,63		11,36	
Всего в поддник	340гр.	319,00	10,23	13,84	38,26	
Всего за день		1979,01	61,06	61,84	288,09	

Зав. Производством
[Signature]
 Калькулятор

Утверждено

Зам. директора ООО "Мет-Сити С" Степана Овчарова

Степана Овчарова

Директор МБОУ Школа № 130, г.о.Самара



МЕНЮ

1 - 4 классы

2 День 1 неделя

На 10 февраля 2026 г.

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

Завтрак:						
Икра кабачковая порционно	50г.	52,27	34,63	0,51	2,43	2,70
Сосиска отварная	56/5г.		200,08	6,77	18,97	0,33
Каша рассыпч.из гречневой крупы	150/7г.		246,49	8,89	6,15	39,07
Чай с сахаром	180г.		36,00	0,47		8,52
Батон	70г.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	518г.	70,66	715,54	22,88	28,19	91,22
обед:						
Зеленый горошек консервированный	60г.		24,12	1,86	0,12	3,90
Рассолыник ленинградский, с зелен.	200/3/10г.		94,20	1,63	4,12	9,70
Тертели из говядины с соусом	50/40г.		235,63	6,80	4,92	8,23
Макаронные изделия отварные	150г.		201,90	5,10	7,50	28,50
Чай с сахаром	200г.		40,00	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	30г.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30г.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	773г.	734,96	734,96	19,97	17,29	89,11
ПОЛДНИК:						
Пончик со стлушкой	100г.		365,00	9,18	14,13	50,30
Кисель	200г.		145,08	0,24	0,12	35,76
Всего в полдник	300г.	510,08	510,08	9,42	14,25	86,06
Всего за день		1960,58	1960,58	52,27	59,73	266,39

Зав. Производством

Калькулятор

[Signature]

Утверждено

Зам. директора ООО "Мет-Сити С" Степана Овчарова

Степана Овчарова

Директор МБОУ Школа № 130, г.о.Самара



МЕНЮ

5 - 11 классы

2 День 1 неделя

На 10 февраля 2026 г.

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

Завтрак:						
Икра кабачковая порционно	50г.		34,63	0,51	2,43	2,70
Сосиска отварная	56/5г.		200,08	6,77	18,97	0,33
Каша рассыпч.из гречневой крупы	200/7г.		325,00	11,46	8,12	51,52
Чай с сахаром	200г.		40,00	0,53		9,47
Батон	70г.		198,34	6,44	0,64	40,60
Всего в завтрак	588г.	798,05	798,05	25,71	30,16	104,62
обед:						
Зеленый горошек консервированный	100г.		40,20	3,10	0,20	6,50
Рассолыник ленинградский, с зелен.	250/3/10г.		107,25	2,02	5,09	11,98
Тертели из говядины с соусом	60/50г.		288,00	8,32	6,02	10,06
Макаронные изделия отварные	150г.		201,90	5,10	7,50	28,50
Чай с сахаром	200г.		40,00	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	30г.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30г.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед	883г.	816,46	816,46	23,12	19,44	95,82
ПОЛДНИК:						
Пончик со стлушкой	100г.		365,00	9,18	14,13	50,30
Кисель	250г.		181,35	0,30	0,15	44,70
Всего в полдник	350г.	546,35	546,35	9,48	14,28	95,00
Всего за день		2160,86	2160,86	58,31	63,88	295,44

Зав. Производством

Калькулятор

[Signature]



МЕНЮ

1 - 4 классы

4 день 1 неделя

На 12 февраля 2026 г.



Утверждено

Зам. директора ООО "Мед-Сити Докьюментс" Степкина О.Г.

Директор МБОУ Школа № 13 Г.о.Самара

Огушев Р.В. Девяткина

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		52,27				
Запеканка из творога со ступенным молоком	135/15гр.	370,43	20,02	15,14	38,35	
Кофейный напиток с молоком	180гр.	90,54	2,85	2,41	14,35	
Сок	200гр.	86,80	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:		70,66				
Салат картоф. с солен.огур.и зел.горошком	60гр.	49,14	0,51	3,13	4,72	
Щи из свежей капусты с картоф.с зеленью	200/103гр.	72,68	1,43	4,00	6,39	
Котлета куриная с соусом	50/50гр.	172,00	8,04	9,07	9,5	
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.	231,86	8,90	4,10	39,84	
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	770гр.	769,73	23,39	21,09	112,11	
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		1874,78	65,03	47,85	283,86	

Зав. Производством

Калькулятор

Огушев Р.В.



МЕНЮ

5 - 11 классы

4 день 1 неделя

На 12 февраля 2026 г.



Утверждено

Зам. директора ООО "Мед-Сити Докьюментс" Степкина О.Г.

Директор МБОУ Школа № 13 Г.о.Самара

Огушев Р.В. Девяткина

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.	86,80	1,00	0,20	20,20	
Батон	80гр.	226,68	7,36	0,74	46,40	
Всего в завтрак	645гр.	852,48	34,33	20,35	131,62	
обед:						
Салат картоф. с солен.огур.и зел.горошком	100гр.	99,50	1,75	6,18	9,25	
Щи из свежей капусты с картоф.с зеленью	250/103гр.	89,75	1,77	4,95	7,90	
Котлета куриная с соусом	50/50гр.	172,00	8,04	9,07	9,5	
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.	231,86	8,90	4,10	39,84	
Компот из свежих ягод	200гр.	116,50	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	880гр.	848,82	25,03	25,11	120,64	
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		2061,60	71,22	55,33	306,71	

Зав. Производством

Калькулятор

Огушев Р.В.



Утверждаю
Зам. директора ООО "Медиа-Сити" в г. Самара
/Степанин О.Г./

Для
ДОКУМЕНТАЦИИ
Меню

1 - 4 классы
5 день 1 недели
На 13 февраля 2026 г.

Согласовано
Директор МБОУ Школа № 13
г.о. Самара
/Друцкий Я.В./

Согласовано
Сотрудник
/Иванов И.И./

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		52,22				
Масло сливочное	10г.р.	65,72	0,10	7,20	0,13	
Сыр порционный	20г.р.	71,66	4,64	5,90		
Каша вязкая молочная из риса и пшеница	150/10г.р.	189,81	2,59	12,03	17,77	
Кондитер.изделие конфеты шоколадные	30г.р.	52,00	1,50	0,04	11,36	
Чай с сахаром	200г.р.	40,00	0,53		9,47	
Батон	80г.р.	226,68	7,36	0,74	46,40	
Итого в завтрак	500г.р.	645,87	16,72	25,91	85,13	
обед:		70,66				
Икра кабачковая порционно	60г.р.	41,55	0,61	2,91	3,24	
Сул картоф. с курин.фрикадельками,с зеленью	20/200/3г.р.	111,09	1,79	2,27	12,57	
Рыба тушеная с овощами	50/50г.р.	131,25	12,19	6,19	4,75	
Рис отварной	150/5г.р.	210,11	3,67	5,42	36,67	
Напиток из плодов шиповника	180г.р.	79,20	0,36	0,24	15,48	
Хлеб пшеничный	30г.р.	70,14	2,37	0,30	14,49	
Хлеб ржаной	30г.р.	68,97	1,68	0,33	14,82	
Всего в обед	778г.р.	712,31	22,67	17,66	102,02	
ПОЛДНИК:						
Булочка Выборгская	100г.р.	320,00	6,60	14,39	41,13	
Сок разливной	200г.р.	86,60	1,00	0,20	20,20	
Всего в полдник	300г.р.	406,60	7,60	14,56	61,33	
Всего за день		1764,78	46,99	58,13	248,48	

Зав. Производством _____

Капельгустер



Утверждаю
Зам. директора ООО "Медиа-Сити" в г. Самара
/Степанин О.Г./

Для
ДОКУМЕНТАЦИИ
Меню

5 - 11 классы
5 день 1 недели
На 13 февраля 2026 г.

Согласовано
Директор МБОУ Школа № 13
г.о. Самара
/Друцкий Я.В./

Согласовано
Сотрудник
/Иванов И.И./

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Масло сливочное	10г.р.	65,72	0,10	7,20	0,13	
Сыр порционный	20г.р.	71,66	4,64	5,90		
Каша вязкая молочная из риса и пшеница	200/10г.р.	249,12	3,40	15,80	23,33	
Кондитер.изделие конфеты шоколадные	30г.р.	52,00	1,50	0,04	11,36	
Чай с сахаром	200г.р.	40,00	0,53		9,47	
Батон	80г.р.	226,68	7,36	0,74	46,40	
Итого в завтрак	550г.р.	705,18	17,53	29,58	90,69	
обед:						
Икра кабачковая порционно	100г.р.	69,26	1,02	4,86	5,40	
Сул картоф. с курин.фрикадельками,с зеленью	20/250/3г.р.	136,00	2,20	2,78	15,39	
Рыба тушеная с овощами	50/50г.р.	131,25	12,19	6,19	4,75	
Рис отварной	150/5г.р.	210,11	3,67	5,42	36,67	
Напиток из плодов шиповника	200г.р.	88,00	0,40	0,27	17,20	
Хлеб пшеничный	30г.р.	70,14	2,37	0,30	14,49	
Хлеб ржаной	30г.р.	68,97	1,68	0,33	14,82	
Всего в обед	888г.р.	773,73	23,53	20,15	108,72	
ПОЛДНИК:						
Булочка Выборгская	100г.р.	320,00	6,60	14,39	41,13	
Сок разливной	250г.р.	108,25	1,25	0,25	25,25	
Всего в полдник	350г.р.	428,25	7,85	14,61	66,38	
Всего за день		1907,16	48,91	64,44	265,79	

Зав. Производством _____

Капельгустер

Утверждено
Согласовано

Зам. директора ООО "Мега-сити С" *Степанин О.Г.* Директор МБОУ Школа № 15 Г.о.Самара *Овчинин В.В.*

Степанин О.Г. Директор МБОУ Школа № 15 Г.о.Самара

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЗНАК КАЧЕСТВА
Серия 63 № 105

5 - 11 классы
6 день 1 неделя

На 14 февраля 2026 г.

МЕНЮ

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ ГО. САМАРА
ИПН 631710
Тел. 8 (8462) 23-11-11

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		52,27				
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 сухим	200гр.		138,40	3,67	2,6	25,08
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Всего в завтрак			739,45	23,62	16,28	124,05
обед:		70,66				
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 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			702,50	29,44	24,39	88,09
ПОЛДНИК:						
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			240,40	3,33	4,27	47,10
Всего за день			1682,35	56,39	44,94	259,24

Зав. Производством *Степанин О.Г.*

Утверждено
Согласовано

Зам. директора ООО "Мега-сити С" *Степанин О.Г.* Директор МБОУ Школа № 15 Г.о.Самара *Овчинин В.В.*

Степанин О.Г. Директор МБОУ Школа № 15 Г.о.Самара

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЗНАК КАЧЕСТВА
Серия 63 № 105

5 - 11 классы
6 день 1 неделя

На 14 февраля 2026 г.

МЕНЮ

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ ГО. САМАРА
ИПН 631710
Тел. 8 (8462) 23-11-11

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 сухим	200гр.		138,40	3,67	2,6	25,08
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Всего в завтрак			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 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			702,50	29,44	24,39	88,09
ПОЛДНИК:						
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			240,40	3,33	4,27	47,10
Всего за день			1682,35	56,39	44,94	259,24

Зав. Производством *Степанин О.Г.*