



На 02 июня 2026г.

На 02 июня 2026г.

Наименование блюд	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Омлет натуральный	106/6гр.	10,78	19,20	2,04	224,00
Каша вязкая молочная термустесовая	200/10гр.	8,31	13,12	37,63	303,00
Кофейный напиток с молоком	200гр.	3,17	2,68	15,95	100,60
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего в завтрак:	590гр.	28,70	35,64	96,22	825,94
Обед:					
Винегрет овощной	80гр.	1,30	4,96	7,12	78,30
Щи из свеж.капусты с картоф.и птицей,с зелен.	250/10/10/3гр.	2,13	7,76	7,87	96,08
Гуляш из говядины	60/60гр.	14,55	16,79	2,89	221,00
Рис отварной	150гр.	3,67	5,42	36,67	210,11
Компот из сухофруктов	200гр.	1,16	0,30	47,26	132,80
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
Всего в обед:	863гр.	26,86	35,86	131,12	877,40
Всего за день:		55,56	71,50	227,34	1703,34
Стоимость: 244,58 руб.					

Наименование блюд	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Омлет натуральный	106/6гр.	10,78	19,20	2,04	224,00
Каша вязкая молочная термустесовая	200/10гр.	8,31	13,12	37,63	303,00
Кофейный напиток с молоком	200гр.	3,17	2,68	15,95	100,60
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего в завтрак:	590гр.	28,70	35,64	96,22	825,94
Обед:					
Винегрет овощной	80гр.	1,30	4,96	7,12	78,30
Щи из свеж.капусты с картоф.и птицей,с зелен.	250/10/10/3гр.	2,13	7,76	7,87	96,08
Гуляш из говядины	60/60гр.	14,55	16,79	2,89	221,00
Рис отварной	150гр.	3,67	5,42	36,67	210,11
Компот из сухофруктов	200гр.	1,16	0,30	47,26	132,80
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
Всего в обед:	863гр.	26,86	35,86	131,12	877,40
Всего за день:		55,56	71,50	227,34	1703,34
Стоимость: 244,58 руб.					

Повар

Повар

Калькулятор

Калькулятор

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

Утверждаю

Зам. директора ООО "Меликс" в г. Самаре



На 03 июня 2026г.

Наименование блюда	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Пудинг из творога с яблоками с молоком сгущен.	100/1Бгр.	12,08	9,45	30,95	267,33
Каша жидкая молочная пшеничная	200/10гр.	7,51	11,72	37,05	285,00
Чай с сахаром, молоком	200гр.	1,52	1,35	15,90	81,00
Батон	2/3Бгр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего в завтрак:	595гр.	27,55	23,16	124,50	821,67
Обед:					
Салат картофельный с кукурузой и морковью	75гр.	2,27	4,77	17,79	123,15
Суп картофельный с фасолью, пшеницей и зеленью	250/10/3гр.	6,90	7,62	19,27	172,97
Птица тушеная в соусе	50/50гр.	11,65	11,66	3,51	166,00
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.	8,90	4,10	39,84	231,86
Компот из свежих ягод	200гр.	0,52	0,18	24,84	116,60
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
Всего в обед:	848гр.	34,29	28,96	134,56	949,69
Всего за день:		61,84	52,12	259,06	1771,36
Стоимость: 244,58 руб.					

Повар

Калькулятор

[Handwritten signature]

Утверждаю

Зам. директора ООО "Меликс" в г. Самаре



На 03 июня 2026г.

Наименование блюда	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Пудинг из творога с яблоками с молоком сгущен.	100/1Бгр.	12,08	9,45	30,95	267,33
Каша жидкая молочная пшеничная	200/10гр.	7,51	11,72	37,05	285,00
Чай с сахаром, молоком	200гр.	1,52	1,35	15,90	81,00
Батон	2/3Бгр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего в завтрак:	595гр.	27,55	23,16	124,50	821,67
Обед:					
Салат картофельный с кукурузой и морковью	75гр.	2,27	4,77	17,79	123,15
Суп картофельный с фасолью, пшеницей и зеленью	250/10/3гр.	6,90	7,62	19,27	172,97
Птица тушеная в соусе	50/50гр.	11,65	11,66	3,51	166,00
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.	8,90	4,10	39,84	231,86
Компот из свежих ягод	200гр.	0,52	0,18	24,84	116,60
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
Всего в обед:	848гр.	34,29	28,96	134,56	949,69
Всего за день:		61,84	52,12	259,06	1771,36
Стоимость: 244,58 руб.					

Повар

Калькулятор

[Handwritten signature]

Утверждено
Зам. директора ООО "Мега-Сити" г. Самара
Степанова Г.С.

Согласовано
Директор МБОУ Школа № 13 г. Самара
Степанова Г.С.

МБОУ Школа № 13
г. Самара
1039530066/1352

Для документов
МЕНЮ

На 04 июня 2026г.

Утверждено
Зам. директора ООО "Мега-Сити" г. Самара
Степанова Г.С.

Согласовано
Директор МБОУ Школа № 13 г. Самара
Степанова Г.С.

МБОУ Школа № 13
г. Самара
1039530066/1352

Для документов
МЕНЮ

На 04 июня 2026г.

Наименование блюд	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Масло сливочное	10гр.	0.10	7.20	0.13	65.72
Сыр порционный	20гр.	4.64	5.90		71.66
Сосиска отварная	50гр.	4.61	7.35	0.39	86.14
Макаронные изделия отварные	150гр.	5.10	7.50	28.50	201.90
Какао с молоком	200гр.	3.78	0.67	26.00	125.11
Фрукт яблоко	100гр.	0.40	0.40	9.80	44.40
Батон	2/35гр.	6.44	0.64	40.60	198.34
Всего в завтрак:	600гр.	28.07	29.66	105.42	793.27
Обед:					
Салат из свежих помидоров и огурцов с луком	75гр.	0.70	4.60	2.15	52.80
Суп картофельный с рисом с рыб консервами с зелен.	20/250/3гр.	2.20	2.78	15.39	128.62
Тертлетти из птицы	60/50гр.	7.16	9.93	4.05	134.00
Пюре из гороха с маслом	150гр.	13.64	6.86	35.03	255.00
Напиток из плодов шиповника	200гр.	0.40	0.27	17.20	88.00
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2.37	0.30	14.49	70.14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1.68	0.33	14.82	68.97
Всего в обед:	868гр.	28.15	25.07	103.13	797.53
Всего за день:		53.22	54.73	208.55	1590.80
Стоимость: 244,58 руб.					

Наименование блюд	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Масло сливочное	10гр.	0.10	7.20	0.13	65.72
Сыр порционный	20гр.	4.64	5.90		71.66
Сосиска отварная	50гр.	4.61	7.35	0.39	86.14
Макаронные изделия отварные	150гр.	5.10	7.50	28.50	201.90
Какао с молоком	200гр.	3.78	0.67	26.00	125.11
Фрукт яблоко	100гр.	0.40	0.40	9.80	44.40
Батон	2/35гр.	6.44	0.64	40.60	198.34
Всего в завтрак:	600гр.	28.07	29.66	105.42	793.27
Обед:					
Салат из свежих помидоров и огурцов с луком	75гр.	0.70	4.60	2.15	52.80
Суп картофельный с рисом с рыб консервами с зелен.	20/250/3гр.	2.20	2.78	15.39	128.62
Тертлетти из птицы	60/50гр.	7.16	9.93	4.05	134.00
Пюре из гороха с маслом	150гр.	13.64	6.86	35.03	255.00
Напиток из плодов шиповника	200гр.	0.40	0.27	17.20	88.00
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2.37	0.30	14.49	70.14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1.68	0.33	14.82	68.97
Всего в обед:	868гр.	28.15	25.07	103.13	797.53
Всего за день:		53.22	54.73	208.55	1590.80
Стоимость: 244,58 руб.					

Повар _____
Калькулятор _____

Повар _____
Калькулятор _____

Утверждено
Зам. директора ООО «Медиа-Самара»
Степанин О.Г.

Согласовано
Директор ИББОУ Школа № 129 Самары
Ольга Владимировна

Для ДОКУМЕНТОВ
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 129 Самары»
г.о.Самара
ул. Школьная № 129
г.о.Самара
ИНН 6317011522
ОГРН 10363001561522
МБОУ Школа № 129
г.о.Самара
ул. Школьная № 129
ИНН 6317011522
ОГРН 10363001561522
Управление образования
г.о.Самара

МЕНЮ

На 05 июня 2026г.

Наименование блюда	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Кисломолочный продукт Йогурт	115гр.	5,89	2,16	8,48	76,91
Оладьи со слущеным молоком	100/20гр.	9,15	8,81	51,23	320,47
Кофейный напиток с молоком	200гр.	3,17	2,68	15,95	100,60
Сок яблочный	200гр.	1,00	0,20	20,20	86,60
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего в завтрак:	705гр.	25,65	14,49	136,46	782,92
Обед:					
Помидор натуральный свежий	60гр.	0,83	0,15	2,85	16,50
Суп картофельный с макаронными изд., птицей и зелен.	250/10/3гр.	5,28	5,69	17,35	194,73
Плов из птицы	50/200гр.	21,19	13,09	44,67	381,67
Компот из свежих яблок	200гр.	0,16	0,16	23,88	114,60
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
Всего в обед:	833гр.	31,51	19,72	118,06	846,61
Всего за день:		57,16	34,21	254,52	1629,53
Стоимость: 244,58 руб.					

Повар _____
Калькулятор _____

Утверждено
Зам. директора ООО «Медиа-Самара»
Степанин О.Г.

Согласовано
Директор ИББОУ Школа № 129 Самары
Ольга Владимировна

Для ДОКУМЕНТОВ
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 129 Самары»
г.о.Самара
ул. Школьная № 129
г.о.Самара
ИНН 6317011522
ОГРН 10363001561522
МБОУ Школа № 129
г.о.Самара
ул. Школьная № 129
ИНН 6317011522
ОГРН 10363001561522
Управление образования
г.о.Самара

МЕНЮ

На 05 июня 2026г.

Наименование блюда	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Кисломолочный продукт Йогурт	115гр.	5,89	2,16	8,48	76,91
Оладьи со слущеным молоком	100/20гр.	9,15	8,81	51,23	320,47
Кофейный напиток с молоком	200гр.	3,17	2,68	15,95	100,60
Сок яблочный	200гр.	1,00	0,20	20,20	86,60
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего в завтрак:	705гр.	25,65	14,49	136,46	782,92
Обед:					
Помидор натуральный свежий	60гр.	0,83	0,15	2,85	16,50
Суп картофельный с макаронными изд., птицей и зелен.	250/10/3гр.	5,28	5,69	17,35	194,73
Плов из птицы	50/200гр.	21,19	13,09	44,67	381,67
Компот из свежих яблок	200гр.	0,16	0,16	23,88	114,60
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
Всего в обед:	833гр.	31,51	19,72	118,06	846,61
Всего за день:		57,16	34,21	254,52	1629,53
Стоимость: 244,58 руб.					

Повар _____
Калькулятор _____