УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО КП Вкусная страна

А.В.Харитонов

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Школа №121 г.о.Самара

МЕНЮ (12-18 ЛЕТ)

12.09.2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	Цена
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	20,40	25,61	3,60	326,74	214	2008	
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	60	1,68	3,71	4,72	58,80	12	2012	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	90	6,90	2,70	46,20	235,80	ТК №1	2022	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,20	3,40	12,30	100,50	ТК № 30	2022	
Итого за прием пищи:	**550**	**32,18**	**35,42**	**66,82**	**721,84**			**67,00 ₽**
Всего за день:		**32,18**	**35,42**	**66,82**	**721,84**			
Обед								
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	**250/10/5**	**4,69**	**13,41**	**9,51**	**178,52**	**88**	**2011**	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	**180**	**10,15**	**7,45**	**45,91**	**290,90**	**323**	**2008**	
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ	**100**	**10,78**	**22,71**	**5,42**	**269,21**	**250**	**2011**	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	**50**	**3,71**	**0,30**	**24,34**	**114,86**	**ТК №21**	**2022**	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	**50**	**3,31**	**0,44**	**21,20**	**101,98**		**2008**	
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	**200**	**0,78**	**0,05**	**19,23**	**81,10**	**440**	**2008**	**93,00 ₽**
Итого за прием пищи:	**845**	**33,42**	**44,36**	**125,61**	**1 036,57**			
Полдник								
ПЕЧЕНЬЕ	**100**	**7,50**	**9,80**	**74,40**	**417,00**	**442**	**2008**	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	**230/15/7**	**0,29**	**0,01**	**8,24**	**35,39**	**410.2**	**2011**	
Итого за прием пищи:	**352**	**7,79**	**9,81**	**82,64**	**452,39**			**42,00 ₽**
Всего за день:		**59,44**	**85,04**	**239,84**	**1 996,59**			