

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО ТП "Вкусная страна"

А.В.Харитонов



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ "Школа № 74"

г. Самара

А.А.Махаркин



МЕНЮ (1- 4 классы)

на 10 марта 2026г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							47,17
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	185	6,77	10,97	43,11	298,37	317	
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	55	6,16	13,42	0,22	146,30	254	
БАТОН	60	4,50	1,74	30,84	157,20		
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,90	2,50	24,80	134,00	433	
Итого за прием пищи:	500	20,33	28,63	98,97	735,87		
Обед							63,77
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,68	5,86	9,43	93,87	41	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	10/300/10	5,75	6,50	9,32	119,40	73	
ПЮРОВ ИЗ ПТИЦЫ	240	12,95	15,67	45,41	375,02	304	
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	200	0,23	0,06	22,44	92,54	375	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,89	0,38	18,48	88,93		
Итого за прием пищи:	910	26,21	28,77	129,42	884,62		
Полдник							21,9
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С ЯБЛОКОМ	100	5,75	8,10	42,49	231,35	437	
РЯЖЕНКА	200	6,00	2,00	8,40	80,00	435	
Итого за прием пищи:	300	11,75	10,10	50,89	311,35		
Всего за день:		58,29	67,50	279,28	1 931,84		

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО КТ "Вкусная страна"

А.В.Харитонов



Директор МБОУ "Нижняя школа № 74"

г.о. Самара

Захаркин

МЕНЮ (1- 4 классы)

на 11 марта 2026г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							47,17
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	210	8,68	9,62	41,33	287,27	184	
СЫР (ПОРЦИОННО)	20	2,30	2,95	0,00	36,38		
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	13	
БАТОН	60	4,50	1,74	30,84	157,20		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,32	0,11	16,30	66,49	431	
Итого за прием пищи:	500	15,90	22,72	88,57	622,34		
Обед							63,77
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	0,73	3,11	4,35	49,00	53	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ЦЫПЛЕЧКА, ЗЕЛЕНЬЮ	200	8,38	4,82	18,87	152,68		
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	11,74	8,96	10,73	170,41	314	
МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,46	3,69	34,91	194,78	547	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,29	0,12	21,48	90,21	375	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,89	0,38	18,48	88,93		
Итого за прием пищи:	780	33,20	21,38	133,16	860,87		
Полдник							21,9
УЛИТКА С САХАРОМ	100	0,80	3,40	7,88	65,19	486	
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	442	
Итого за прием пищи:	300	1,80	3,60	27,68	151,19		
Всего за день:		50,90	47,70	249,41	1 634,40		

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Кулинария" "Вкусная страна"

А.В.Харитонов



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ "Школа № 74"
г.о. Самара
А.А. Захаркин



МЕНЮ (1- 4 классы)

на 12 марта 2026г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							47,17
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	19,61	33,75	3,60	396,89	214	
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	1,12	2,40	3,13	38,45		
БАТОН	60	4,50	1,74	30,84	157,20		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,13	64,50	430	
Итого за прием пищи:	500	25,45	38,00	53,70	657,04		
Обед							63,77
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,81	3,60	4,92	55,63	45	
РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ	200	3,76	7,13	11,29	124,58	73	
КУРИЦА С ОВОЩАМИ	50/50	13,57	14,13	3,38	195,36	406	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	4,52	5,01	20,42	144,76	414	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	15,49	61,92	376	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,71	0,30	24,34	114,86		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,89	0,38	18,48	88,93		
Итого за прием пищи:	800	29,26	30,55	98,32	786,04		
Полдник							21,9
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	100	7,96	8,34	57,13	335,07	467	
СНЕЖОК	200	5,63	4,85	20,95	153,26	458	
Итого за прием пищи:	300	13,59	13,19	78,08	488,33		
Всего за день:		68,30	81,74	230,10	1 931,41		

Директор ООО КН "Вкусная страна"

Российская Федерация
Ограниченное
ОАО "Самара-Самаритянин"
"Вкусная еда"
"Вкусная страна"
для накл. 187
ОГРН 1366300021111
ОГРНИП 6311196491

г.о. Самара

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Городского областного центра
Директор МБОУ «Школа № 17»
г.о. Самара
И.А. Мухометов

на 13 марта 2026г.

5