

Утверждаю  
 ООО "Школьное питание г.о. Жигулевск"  
 Директор С.А.Кустова

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 48  
 Директор *М.М.М.*

Меню на " 20" января 2025 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Завтрак</i>							
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	3,65	72,45
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным( мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное. мука пшеничная)	55/35	33,00	5,80	11,27	1,09	129,14
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное )	150	20,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодн.рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>78,68</b>	<b>18,21</b>	<b>24,46</b>	<b>76,24</b>	<b>598,48</b>
<i>Обед</i>							
95	Рассольник домашний на бульоне из ЦЫПЛЯТ(картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	30,00	6,99	11,45	12,45	219,23
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/25	46,00	8,76	4,46	9,95	143,79
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,16	0,05	10,45	43,30
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	<b>Итого:</b>	<b>721</b>	<b>110,17</b>	<b>24,57</b>	<b>21,36</b>	<b>88,65</b>	<b>712,99</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1271</b>	<b>188,85</b>	<b>42,78</b>	<b>45,82</b>	<b>164,89</b>	<b>1 311,47</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*М.М.М.*

Утверждаю  
 ООО «Школьное питание г.о. Жигулевск»  
 Директор С.А.Кустова

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор *Ильина*

Меню на " 20" января 2025 г.  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

1 день цикл: меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	3,65	72,45
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным( мяс. изделия, лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука пшеничная")	55/50	46,00	5,97	11,68	2,39	138,81
302	Каша гречневая рассыпчатая(крупя гречневая, соль йодированная, масло сливочное )	170	27,00	9,62	7,13	45,53	276,46
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, чернопл. рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	5,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>100,00</b>	<b>20,13</b>	<b>25,50</b>	<b>88,99</b>	<b>658,73</b>
<b>Обед</b>							
95	Рассольник домашний на бульоне из ЦЫПЛЯТ(картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/10/1	40,00	7,67	13,24	15,49	225,01
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/40	49,00	9,05	5,03	11,18	126,55
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/30	6,00	4,26	0,75	28,35	137,37
	<b>Итого:</b>	<b>801</b>	<b>125,00</b>	<b>26,91</b>	<b>24,05</b>	<b>107,27</b>	<b>767,65</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1401</b>	<b>225,00</b>	<b>47,04</b>	<b>49,55</b>	<b>196,26</b>	<b>1426,38</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Ильина*

ООО "Школьное питание г.о. Жигулевск"  
 Директор С.А. Кустова

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор Ильин

Меню на " 20" января 2025 г.  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет (детям мобилизованных лиц)  
 первая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	3,65	72,45
243/540	мясные изделия с соусом красным основным( мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная")	55/10	33,00	5,80	11,27	1,09	129,14
302	Каша гречневая рассыпчатая(крупя гречневая,соль йодированная,масло сливочное )	150	20,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, чернопл.рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>78,68</b>	<b>18,21</b>	<b>24,46</b>	<b>76,24</b>	<b>598,48</b>
<b>Обед</b>							
95	Рассольник домашний на бульоне из ЦЫПЛЯТ(картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	30,00	6,99	11,45	12,45	219,23
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом(мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич. йодир.соль)	65/25	46,00	8,76	4,46	9,95	125,09
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	<b>Итого:</b>	<b>731</b>	<b>110,17</b>	<b>24,54</b>	<b>21,33</b>	<b>93,40</b>	<b>712,99</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1261</b>	<b>188,85</b>	<b>42,75</b>	<b>45,79</b>	<b>169,64</b>	<b>1 311,47</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Ильин

Утверждаю  
 ООО "Школьное питание г.б. Жигулевск"  
 Директор С.А. Кустова

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор МММ

Меню на " 20 " января 2025 г.  
 Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)

1 день цикл меню

первая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	3,65	72,45
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным( мяс. изделия, лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука пшеничная")	55/25	44,00	5,94	13,55	2,09	153,32
302	Каша гречневая рассыпчатая(крупя гречневая, соль йодированная, масло сливочное )	150	20,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодн. рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	5,52	4,05	0,66	24,64	154,34
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>91,52</b>	<b>19,80</b>	<b>26,98</b>	<b>86,19</b>	<b>699,90</b>
<b>Обед</b>							
15	Сыр (порциями)	10	7,14	2,22	2,81	0,00	36,10
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят(картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелен., йодир. соль)	250/15/10/1	40,00	7,67	13,24	15,49	225,01
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом(мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич. йодир. соль)	65/25	46,00	8,76	4,46	9,95	125,09
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	6,19	5,35	39,52	231,17
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	5,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	<b>Итого:</b>	<b>806</b>	<b>128,14</b>	<b>28,72</b>	<b>26,49</b>	<b>102,58</b>	<b>789,77</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1376</b>	<b>219,66</b>	<b>48,52</b>	<b>53,47</b>	<b>188,77</b>	<b>1 489,67</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М.А. Маммилова

Утверждаю  
 ООО "Школьное питание г.о. Жигулевск"  
 Директор С.А.Кустова

Меню на " 20" января 2025 г.

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Иванов

Возрастная категория с 12 лет и старше (детям из многодетных семей)

1 день цикл меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	3,65	72,45
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным (мяс. изделия, лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука пшеничная)	55/25	44,00	5,94	13,55	2,09	153,32
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	20,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодн. рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	5,52	4,05	0,66	24,64	154,34
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>91,52</b>	<b>19,80</b>	<b>26,98</b>	<b>86,19</b>	<b>699,90</b>
<b>Обед</b>							
15	Сыр (порциями)	10	7,14	2,22	2,81	0,00	36,10
95	Рассольник домашний на бульоне из ЦЫПЛЯТ (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/10/1	40,00	7,67	13,24	15,49	225,01
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/25	46,00	8,76	4,46	9,95	125,09
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	6,19	5,35	39,52	231,17
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	5,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	<b>Итого:</b>	<b>806</b>	<b>128,14</b>	<b>28,72</b>	<b>26,49</b>	<b>102,58</b>	<b>789,77</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1366</b>	<b>219,66</b>	<b>48,52</b>	<b>53,47</b>	<b>188,77</b>	<b>1 489,67</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.И. Иванова



ООО «Школьное питание г.о. Жигулевск»

Директор С.А.Кустова



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Улес

Меню на " 20 " января 2025 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет (детям мобилизованных лиц)

1 день цикл меню

вторая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Обед</b>						
95	Рассольник домашний на бульоне из цыплят (картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	30,00	6,99	11,45	12,45	219,23
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/25	46,00	8,76	4,46	9,95	125,09
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	<b>Итого:</b>	<b>721</b>	<b>110,17</b>	<b>24,54</b>	<b>21,33</b>	<b>93,40</b>	<b>712,99</b>
	<b>Всего:</b>	<b>721</b>	<b>110,17</b>	<b>24,54</b>	<b>21,33</b>	<b>93,40</b>	<b>712,99</b>
	<b>Полдник</b>						
ПР/ПР	Блинчики французские со сгущенным молоком (мука пшенич., сахар, мол.сыворотка, растит.масло, меланж, сгущ.молоко, соль йодир., лим.кислота, разрыхлитель)	70/15	27,83	3,85	1,90	32,20	161,10
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплоды рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>37,83</b>	<b>3,95</b>	<b>1,93</b>	<b>47,20</b>	<b>221,70</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М.М.Миннибаева

ООО «Школьное питание г.о. Жигулевск»

Директор С.А.Кустова



Меню на " 20" января 2025 г.



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

Возрастная категория с 7 до 11 лет ( средства родительской платы)

1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
95	Рассольник домашний на бульоне из ЦЫПЛЯТ(картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	30,00	6,99	11,45	12,45	219,23
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с ТОМАТОМ(мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. шоре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/15	42,00	8,68	4,27	9,64	111,81
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	<b>Итого:</b>	<b>701</b>	<b>105,00</b>	<b>24,46</b>	<b>21,14</b>	<b>93,09</b>	<b>699,71</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*И.И. Мещеряков*

Утверждаю  
 ООО "Школьное питание г.о.Жигулевск"  
 Директор С.А.Кустова

Меню на " 20" января 2025 г.

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор Ильга

ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

1 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	3,65	72,45
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным( мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало пастигательное мука пшеничная")	55/10	33,00	5,80	11,27	1,09	129,14
302	Каша гречневая рассыпчатая(крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное )	150	20,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплоды.рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	<b>Итого:</b>	<b>525</b>	<b>78,68</b>	<b>18,21</b>	<b>24,46</b>	<b>76,24</b>	<b>598,48</b>
<b>Обед</b>							
95	Рассольник домашний на бульоне из ЦЫПЛЯТ(картофель, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	30,00	6,99	11,45	12,45	219,23
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/25	46,00	8,76	4,46	9,95	125,09
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	<b>Итого:</b>	<b>721</b>	<b>110,17</b>	<b>24,54</b>	<b>21,33</b>	<b>93,40</b>	<b>712,99</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1246</b>	<b>188,85</b>	<b>42,75</b>	<b>45,79</b>	<b>169,64</b>	<b>1 311,47</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.А.Матвиенко