

Утверждаю  
 ООО "Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Согласовано

ГБОУ С(О)ОШ № 10  
 Директор *Михайлов*

Меню на "03 " марта 2025 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

1 день цикл. меню(молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
45	Салат из б/к капусты с горошком(капуста б/к,морковь,горошек консервированный,масло растительное,соль йодир.)	60	12,00	0,87	2,05	4,29	37,04
243/540	мясные изделия с соусом красным основным( мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная)	55/35	33,00	6,92	11,27	12,39	138,81
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным (крупа гречневая,соль йодированная,масло растительное )	150	20,00	8,36	6,19	32,25	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>550</b>	<b>78,68</b>	<b>19,12</b>	<b>19,96</b>	<b>79,62</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.,укроп зелень, йодир.соль)	200/15/1	30,00	6,99	11,45	12,45	219,23
ПР/540	Тефтели из индейки с соусом красным основным (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., томатное пюре,мука пшен.,йодир.соль)	65/25	46,00	8,40	14,46	18,40	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	0,13	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>24,18</b>	<b>31,33</b>	<b>101,85</b>	<b>731,69</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1271</b>	<b>188,85</b>	<b>43,30</b>	<b>51,29</b>	<b>181,47</b>	<b>1 330,17</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Михайлов*

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

Согласовано  
 10  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор *М.И.И.*

Меню на "03 " марта 2025 г.

Возрастная категория с 7 до 11 лет

1 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
45	Салат из б/к капусты с горошком(капуста б/к,морковь,горошек консервированный,масло растительное,соль йодир.)	60	12,00	0,87	2,05	4,29	37,04
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным( мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная")	55/35	33,00	6,92	11,27	12,39	138,81
302	Каша гречневая рассыпчатая(крупя гречневая,соль йодированная,масло сливочное )	150	20,00	8,63	6,19	32,25	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>550</b>	<b>78,68</b>	<b>19,12</b>	<b>19,96</b>	<b>79,62</b>	<b>572,74</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	Гёфтели 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	8,40	14,46	18,40	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	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,10	2,86	0,39	18,75	89,95
<b>Итого:</b>		<b>721</b>	<b>110,10</b>	<b>24,18</b>	<b>31,33</b>	<b>101,85</b>	<b>731,69</b>
<b>Всего:</b>		<b>1271</b>	<b>188,78</b>	<b>43,30</b>	<b>51,29</b>	<b>181,47</b>	<b>1 304,43</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*И.И.Манилова*



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

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

Меню на "03 " марта 2025 г.  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

1 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
45	Салат из б/к капусты с горошком(капуста б/к,морковь,горошек консервированный,масло растительное,соль йодир.)	60	12,00	0,87	2,05	4,29	37,04
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным( мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная")	55/50	46,00	9,97	11,68	12,39	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, 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.)	30/20	5,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>100,00</b>	<b>24,31</b>	<b>21,50</b>	<b>99,63</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	15,03	19,18	181,25
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.)	30/30	6,00	4,26	0,75	28,35	137,37
	<b>Итого:</b>	<b>806</b>	<b>125,00</b>	<b>26,91</b>	<b>34,05</b>	<b>115,27</b>	<b>822,35</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1406</b>	<b>225,00</b>	<b>51,22</b>	<b>55,55</b>	<b>214,90</b>	<b>1768,11</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*А. Максимова*