

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор

Меню на "05 " марта 2025г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
251	Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком(мясо цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод. масло раст)	40/60	45,00	11,88	27,74	9,59	297,16
305	Рис припущенный(крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	5,70	4,86	38,89	214,10
376	Чай с сахаром(чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	500	78,68	20,28	33,05	74,18	629,02
Обед							
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/10/1	30,00	6,28	13,02	26,53	229,86
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным(мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)	50/40	46,00	8,46	13,07	12,60	194,28
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	20,00	7,13	6,19	32,25	259,18
377	Чай с лимоном и сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	741	110,17	24,89	32,70	100,35	816,31
	Всего:	1241	188,85	45,17	65,75	174,53	1445,33

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.А. Мещеряков

Утверждаю

ООО "Школьное питание г.о.Жигулевск"

Директор С.А.Кустова

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

Меню на "05 " марта 2025г

Возрастная категория с 12 лет и старше

3 день цикл: меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав *			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
251	Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод, масло раст)	50/60	57,00	11,97	28,11	8,54	295,55
305	Рис припущенный (крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)	170	27,00	6,19	5,50	44,08	242,64
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/30	6,00	4,26	0,75	28,35	137,37
Итого:		555	100,00	22,52	34,39	90,98	716,22
Обед							
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	250/20/15/10/1	40,00	7,94	14,8	30,39	256,96
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)	50/50	51,00	8,54	13,27	13,25	199,11
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	20,00	7,13	6,19	32,25	259,18
377	Чай с лимоном и сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	4,00	2,89	0,47	17,91	87,60
Итого:		801	125,00	26,66	34,76	104,02	845,89
Всего:		1356	225,00	49,18	69,15	195,00	1562,11

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А. А. Митин

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Шен

Меню на "05 " марта 2025г

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

3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
305	Рис припущенный(крупа рисовая,слив. масло, йодир.соль)	150	20,00	5,70	4,86	38,89	214,10
251	Грудка куриная (филе)тушеная с томатом и луКОМ(мясо цыплят,томат-паста,лук репч.соль йод.масло раст)	40/60	45,00	11,88	27,74	9,59	297,16
376	Чай с сахаром(чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	500	78,68	20,28	33,05	74,18	629,02
Обед							
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/10/1	30,00	6,28	13,02	26,53	229,86
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным(мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур.,лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука)	50/40	46,00	8,46	13,07	12,60	194,28
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	150	20,00	7,13	6,19	32,25	259,18
377	Чай с лимоном и сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	741	110,17	24,89	32,70	100,35	816,31
	Всего:	1241	188,85	45,17	65,75	174,53	1445,33

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

С.А.Кустова



ООО "Школьное питание г.о.Жигулевск"

Директор С.А.Кустова



Согласовано

ГБОУ С(О)ОШ № 10

Директор Шел

Меню на "05 " марта 2025г

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

3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/10/1	30,00	6,28	13,02	26,53	229,86
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным(мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур.,лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука)	50/30	42,00	8,35	14,16	12,30	189,44
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	150	20,00	7,13	6,19	32,25	259,18
377	Чай с лимоном и сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	721	105,00	24,78	33,79	100,05	811,47

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.И.Мамонтов

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

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

**Меню на "05 " марта 2025г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет(детям мобилизованных лиц)**

3 день цикл. меню **вторая смена**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо кури.)	200/20/15/10/1	30,00	6,28	13,02	26,53	229,86
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным(мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур.,лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука)	50/40	46,00	8,46	13,07	12,60	194,28
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	150	20,00	7,13	6,19	32,25	259,18
377	Чай с лимоном и сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	741	110,17	24,89	32,70	100,35	816,31
	Всего:	1241	179,01	24,89	32,70	100,35	816,31
	<i>Полдник</i>						
376	Чай с сахаром(чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР/ПР	Сырники творожные со стуженным молоком (творог, яйцо, сахар, масло растительное.,молоко стуженное)	50/35	27,83	9,49	8,02	14,79	169,57
	Итого:	300	37,83	9,59	8,05	24,80	210,23

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством *И. Максимов*

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 40
 Директор *Иванов*

Меню на "05 " марта 2025г
 Возрастная категория с 12 лет и старше (детям из многодетных семей)

3 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
305	Рис припущенный(крупа рисовая,слив. масло, йодир.соль)	170	27,00	6,19	5,50	44,08	242,64
251	Грудка куриная (филе)тушеная с томатом и луком(мясо цыплят,томат-паста,лук репч.соль йод.масло раст)	40/70	49,00	11,93	32,36	11,19	346,70
376	Чай с сахаром(чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Батон особый(мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	5,52	3,08	1,32	19,92	104,80
	Итого:	540	91,52	21,30	39,21	85,20	734,80
	<i>Обед</i>						
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	250/20/15/10/1	40,00	7,94	14,8	30,39	256,96
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур.,лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука)	50/40	46,00	8,46	13,07	12,60	194,28
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	150	20,00	7,13	6,19	32,25	259,18
377	Чай с лимоном и сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Булочка Ромашка(мука пшенич., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)	40	6,14	3,36	3,48	23,68	139,24
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/30	6,00	4,26	0,75	28,35	137,37
	Итого:	851	128,14	31,31	38,32	137,49	1030,07
	Всего:	1391	219,66	52,61	77,53	222,69	1 764,87

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

Иванов



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



Согласовано
 ГБОУ С (О) ОШ № 10
 Директор Иванов

Меню на "05 " марта 2025г

Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)

3 день цикл меню

первая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
305	Рис припущенный(крупа рисовая,слив. масло, йодир.соль)	170	27,00	6,19	5,50	44,08	242,64
251	Грудка куриная (филе)тушеная с томатом и луКОМ(мясо цыплят,томат-паста,лук репч.соль йод.масло раст)	40/70	49,00	11,93	32,36	11,19	346,70
376	Чай с сахаром(чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Батон особый(мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	5,52	3,08	1,32	19,92	104,80
	Итого:	535	91,52	21,30	39,21	85,20	734,80
<i>Обед</i>							
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриин.)	250/20/15/10/1	40,00	7,94	14,8	30,39	256,96
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным(мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур.,лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука)	50/40	46,00	8,46	13,07	12,60	194,28
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	150	20,00	7,13	6,19	32,25	259,18
377	Чай с лимоном и сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Булочка Ромашка(мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)	40	6,14	3,36	3,48	23,68	139,24
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/30	6,00	4,26	0,75	28,35	137,37
	Итого:	851	128,14	31,31	38,32	137,49	1030,07
	Всего:	1386	219,66	52,61	77,53	222,69	1 764,87

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Иванова

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

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

Меню на "05" марта 2025г

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

3 день цикл. меню

первая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
305	Рис припущенный (крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	5,70	4,86	38,89	214,10
251	Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод. масло раст)	40/60	45,00	11,88	27,74	9,59	297,16
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	500	78,68	20,28	33,05	74,18	629,02
Обед							
184/190	Борщ "Украинский" с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/10/1	30,00	6,28	13,02	26,53	229,86
279/540	Гёфтели из цыплят с соусом красным основным (мясо цыплят, крупа рисовая, яйцо кур., лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука)	50/40	46,00	8,46	13,07	12,60	194,28
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	20,00	7,13	6,19	32,25	259,18
377	Чай с лимоном и сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	741	110,17	24,89	32,70	100,35	816,31
	Всего:	1241	188,86	45,17	65,75	174,53	1445,33

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И. А. Мещеряков