

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

Согласовано  
 ГБОУ СО(О)ОШ № \_\_\_\_\_  
 Директор \_\_\_\_\_

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

5 день цикл. меню(молочный белок)

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                 | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |                                                                                                                                                                                                    |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|                | <i>Завтрак</i>                                                                                                                                                                                     |             |               |                   |              |               |                |
| 67             | Винегрет овощной с зел.горошком                                                                                                                                                                    | 60          | 12,00         | 0,87              | 6,1          | 5,59          | 54,36          |
| 251            | Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репчатый, томатн.паста, масло растит., йодирован. соль)                                                                                     | 35/55       | 33,00         | 11,44             | 5,83         | 19,90         | 151,45         |
| 310            | Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)                                                                                                  | 150         | 20,00         | 3,28              | 5,60         | 22,06         | 157,42         |
| 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          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                      | <b>550</b>  | <b>78,68</b>  | <b>18,29</b>      | <b>17,98</b> | <b>73,25</b>  | <b>480,99</b>  |
|                | <i>обед</i>                                                                                                                                                                                        |             |               |                   |              |               |                |
| 62             | Салат из моркови с чесноком                                                                                                                                                                        | 60          | 12,00         | 0,69              | 6,05         | 12,16         | 72,45          |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы, консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 30,00         | 7,30              | 9,45         | 27,40         | 240,30         |
| 321            | Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к, лук репчатый, морковь, мясные изделия, сахар, соль йодир., том.паста, кислота лим.)                                                              | 150/25      | 54,00         | 12,75             | 9,95         | 27,06         | 271,18         |
| 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>26,10</b>      | <b>24,32</b> | <b>100,24</b> | <b>713,24</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                      | <b>1271</b> | <b>188,85</b> | <b>46,39</b>      | <b>44,03</b> | <b>180,37</b> | <b>1233,42</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*Максимов РД*

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

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

Согласовано  
 ГБОУ СОШ № \_\_\_\_\_  
 Директор \_\_\_\_\_

5 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>                                                                                                                                                                                     |             |               |                   |              |               |                |
| 67          | Винегрет овощной с зел.горошком                                                                                                                                                                    | 60          | 12,00         | 0,87              | 6,1          | 5,59          | 54,36          |
| 251         | Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репчатый, томатн.паста, масло растит., йодирован. соль)                                                                                     | 35/55       | 33,00         | 11,44             | 5,83         | 19,90         | 151,45         |
| 312         | Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)                                                                                                                           | 150         | 20,00         | 3,28              | 5,60         | 22,06         | 152,24         |
| 378         | Чай с молоком с сахаром (чай черный, молоко, сахар)                                                                                                                                                | 200/15      | 10,00         | 1,55              | 1,63         | 17,35         | 90,61          |
| 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>18,57</b>      | <b>18,35</b> | <b>79,90</b>  | <b>544,04</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                        |             |               |                   |              |               |                |
| 62          | Салат из моркови с чесноком                                                                                                                                                                        | 60          | 12,00         | 0,69              | 6,05         | 12,16         | 72,45          |
| 96          | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы, консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/10/1 | 30,00         | 7,30              | 9,45         | 27,40         | 240,30         |
| 321         | Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к, лук репчатый, морковь, мясные изделия, масло слив. 72,5%, сахар, соль йодир., том.паста, кислота лим.)                                           | 150/25      | 54,00         | 12,75             | 9,95         | 27,06         | 271,18         |
| 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>741</b>  | <b>110,17</b> | <b>23,73</b>      | <b>25,86</b> | <b>100,57</b> | <b>735,88</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                      | <b>1291</b> | <b>188,85</b> | <b>42,30</b>      | <b>44,21</b> | <b>180,47</b> | <b>1279,92</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

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

Согласовано  
 ГБОУ СО(О)Ш №...  
 Директор

Меню на "05 " декабря 2025г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

5 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |                                                                                                                                                                                                   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                |
| 67             | Винегрет овощной с зел.горошком                                                                                                                                                                   | 60          | 12,00         | 0,87              | 6,1          | 5,59          | 54,36          |
| 251            | Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины,лук репчатый,томатн.паста,масло растит.,йодирован.соль)                                                                                         | 40/50       | 51,00         | 13,87             | 7,83         | 23,60         | 166,34         |
| 312            | Картофельное пюре (картофель,молоко 2,5%,слив.масло 72%,йодир.соль)                                                                                                                               | 150         | 20,00         | 3,28              | 5,60         | 22,06         | 152,24         |
| 378            | Чай с молоком с сахаром ( чай черный, молоко, сахар)                                                                                                                                              | 200/15      | 10,00         | 1,55              | 1,63         | 17,35         | 90,61          |
| 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>565</b>  | <b>96,00</b>  | <b>19,41</b>      | <b>19,33</b> | <b>95,10</b>  | <b>557,93</b>  |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                       |             |               |                   |              |               |                |
| 62             | Салат из моркови с чесноком                                                                                                                                                                       | 60          | 12,00         | 0,69              | 6,05         | 12,16         | 72,45          |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы.консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 40,00         | 8,06              | 10,24        | 27,81         | 275,18         |
| 321            | Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к,лук репчатый,морковь,,мясные изделия,масло слив. 72,5%,сахар,соль йодир. том паста кислота лим.)                                                 | 180/25      | 57,00         | 12,72             | 10,89        | 28,42         | 281,18         |
| 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>801</b>  | <b>122,00</b> | <b>24,46</b>      | <b>27,59</b> | <b>102,34</b> | <b>780,76</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                     | <b>1366</b> | <b>218,00</b> | <b>43,87</b>      | <b>46,92</b> | <b>197,44</b> | <b>1338,69</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Матильда В. П.*