

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Ширяев

Меню на "06 " ноября 2025г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	185/10	35,68	10,73	11,22	35,78	256,36
ПР/ПР	Блинчики французские со сгущенным молоком(мука пшен,сахар,мол.сыворожка,растит.масло,меланж,сгущ.молоко,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/15	33,00	7,90	6,81	29,60	161,12
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)	205/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
	Итого:	500	78,68	18,73	18,06	80,38	478,09
	Обед						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (картофель п/ф., морк., лук репч.,томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. Соль)	200/20/1	30,00	7,66	7,59	25,09	295,30
285	Макаронник с мясом цыплят(грудки)(грудки куриные,макаронные изделия,лук репчатый,масло слив.,масло растит.,сухари панировочные,соль йодиров.,сметана,томатная паста,яйцо куриное,соль йодирован.)	100/30/50/5	54,00	12,88	13,85	42,93	357,26
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.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	721	110,17	24,36	25,52	100,79	834,04
	Всего:	1221	188,85	43,09	43,58	181,17	1312,13

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А. Мананова

Утверждаю
 ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»
 Директор С.А.Кустова
 4 день цикл. меню

Меню на "06 " ноября 2025г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Е.И.Иванов

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	190/10	40,00	11,02	11,27	38,07	273,69
ПР	Блинчики французские со сгущенным молоком(мука пшен,сахар,мол.сыворожка,растит.масло,меланж,сгущ.молоко,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/15	44,00	7,96	6,86	29,89	161,05
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплоди.рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	50	6,00	4,80	0,72	27,66	136,32
	Итого:	550	100,00	23,88	18,88	110,62	631,67
	Обед						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (картофель ш/ф., морк., лук репч.,томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. Соль)	250/20/1	40,00	8,16	7,82	25,89	298,10
285	Макаронник с мясом цыплят(грудки)(грудки куриные,макаронные изделия,лук репчатый,масло слив.,масло растит.,сухари панировочные,соль йодиров.,сметана,томатная паста,яйцо куриное,соль йодирован.)	140/30/50/5	60,00	13,42	14,03	43,10	359,60
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.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	801	125,00	25,40	25,93	101,76	839,18
	Всего:	1351	225,00	49,28	44,81	212,38	1470,85

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.И.Матвиенко



Утверждено
ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

4 день цикл. меню

Меню на "06 " ноября 2025г

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

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Михайлов

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Завтрак</i>						
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	185/10	35,68	10,73	11,22	35,78	256,36
ПР	Блинчики французские со сгущенным молоком(мука пшен,сахар,мол.сыворожка,растит.масло,меланж,сгущ.молоко,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/15	33,00	7,90	6,81	29,60	161,12
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)	205/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
	Итого:	500	78,68	18,73	18,06	80,38	478,09
	<i>Обед</i>						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (картофель п/ф., морк., лук репч.,томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	200/20/1	30,00	7,66	12,59	25,09	295,30
285	Макаронник с мясом цыплят(грудки)(грудки куриные,макаронные изделия,лук репчатый,масло слив.,масло растит.,сухари панировочные,соль йодиров.,сметана,томатная паста,яйцо куриное,соль йодирован.)	100/30/50/5	54,00	12,88	13,85	42,93	357,26
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.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	721	110,17	24,36	25,52	100,79	834,04
	Всего:	1221	188,85	43,09	43,58	181,17	1312,13

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Михайлов

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



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



Меню на "06 " ноября 2025г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет (средства родительской платы)

4 день цикл- меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	50	8,00	0,86	3,66	4,01	50,87
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (картофель п/ф., морк., лук репч.,томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	200/20/1	30,00	7,66	7,59	25,09	295,30
285	Макаронник с мясом цыплят(грудки)(грудки куриные,макаронные изделия,лук репчатый,масло слив.,масло растит.,сахари панировочные,соль йодиров.,сметана,томатная паста,яйцо куриное,соль йодирован.)	100/30/50/5	54,00	12,88	13,85	42,93	357,26
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.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	716	105,00	24,36	25,52	100,79	834,04

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.А.Мамин



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

Меню на "06 " ноября 2025г

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

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

4 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>						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (картофель п/ф., морк., лук репч.,томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	200/20/1	30,00	7,66	7,59	25,09	295,30
285	Макаронник с мясом цыплят(грудки)(грудки куриные,макаронные изделия,лук репчатый,масло слив.,масло растит.,сухари панировочные,соль йодиров.,сметана,томатная паста,яйцо куриное,соль йодирован.)	100/30/50/5	54,00	12,88	13,85	42,93	357,26
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.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	721	110,17	24,36	25,52	100,79	834,04
	Всего:	721	110,17	24,36	25,52	100,79	834,04
	<i>Полдник</i>						
ПР	Сдоба «Ванильная»	90	30,00	6,50	4,00	33,50	210,00
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	190/15	7,83	0,10	0,03	10,01	40,66
	Итого:	295	37,83	6,60	4,03	43,51	250,66

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М.И. Маммодов

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

Согласовано:
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Сидорова

Меню на "06 " ноября 2025г
 Возрастная категория с 12 лет и старше (детям из многодетных семей)

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	180/10	36,00	9,73	11,02	35,18	256,16
ПР	Блинчики французские со сгущенным молоком(мука пшен,сахар,мол.сыворожка,растит.масло,меланж,сгущ.молоко,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/10	40,00	7,85	6,76	29,60	161,10
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплдн.рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	5,52	3,08	0,32	19,92	104,80
	Итого:	525	91,52	20,76	18,13	99,70	582,67
	Обед						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	70	15,12	0,86	3,66	4,01	50,87
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (картофель п/ф., морж., лук репч.,томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, молоко, сливочное, яйцо куриное, слив. Смет.)	250/20/1	40,00	8,16	7,82	25,89	298,10
285	Макаронник с мясом цыплят(грудки)(грудки куриные,макаронные изделия,лук репчатый,масло слив.,масло растит.,сухари панировочные,соль йодиров.,сметана,томатная паста,яйцо куриное,соль йодирован.)	140/30/50/5	60,00	13,42	14,03	43,10	359,60
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.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	826	128,12	25,40	25,93	101,76	788,31
	Всего:	1351	219,64	46,16	44,06	201,46	1 370,98

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.А.Матвиенко



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

Согласовано:
ГБОУ С (О)ОШ № 10
Директор Евгений

Меню на "06 " ноября 2025г
Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)
4 день цикл меню первая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	180/10	36,00	9,73	11,02	35,18	256,16
ПР	Блинчики французские со сгущенным молоком(мука пшен,сахар,мол.сыворожка,растит.масло,меланж,сгущ.молоко,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/10	40,00	7,85	6,76	29,60	161,10
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	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	5,52	3,08	0,32	19,92	104,80
	Итого:	525	91,52	20,76	18,13	99,70	582,67
	Обед						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	70	15,12	0,86	3,66	4,01	50,87
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (картофель п/ф., морк., лук репч.,томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. Соль)	250/20/1	40,00	8,16	7,82	25,89	298,10
285	Макаронник с мясом цыплят(грудки)(грудки куриные,макаронные изделия,лук репчатый,масло слив.,масло растит.,сухари панировочные,соль йодиров.,сметана,томатная паста,яйцо куриное,соль йодирован.)	140/30/50/5	60,00	13,42	19,03	43,10	359,60
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.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	826	128,12	25,40	30,93	101,76	788,31
	Всего:	1351	219,64	46,16	49,06	201,46	1 370,98

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Матильда



4 день цикл. меню

Меню на "06 " ноября 2025г

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

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ №

Директор mm

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	185/10	35,68	10,73	11,22	35,78	256,36
ПР	Блинчики французские со сгущенным молоком(мука пшен,сахар,мол.сыворожка,растит.масло,меланж,сгущ.молоко,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/15	33,00	7,90	6,81	29,60	161,12
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)	205/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
	Итого:	500	78,68	18,73	18,06	80,38	478,09
	Обед						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел.горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (картофель п/ф., морк., лук репч.,томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	200/20/1	30,00	7,66	7,59	25,09	295,30
285	Макаронник с мясом цыплят(грудки)(грудки куриные,макаронные изделия,лук репчатый,масло слив.,масло растит.,сухари панировочные,соль йодиров.,сметана,томатная паста,яйцо куриное,соль йодирован.)	100/30/50/5	54,00	12,88	13,85	42,93	357,26
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.)	25/15	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	721	110,17	24,36	25,52	100,79	834,04
	Всего:	1221	188,85	43,09	43,58	181,17	1312,13

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

ул. Мухоморова