

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

Меню на " 08" октября 2025 г.
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
20	Салат из свежих огурцов с зеленым луком (огурцы свежие, зелен. лук, раст. масло, йод. соль)	60	12,00	0,49	3,66	1,51	40,90
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	40/170	53,00	16,58	12,89	45,49	364,75
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.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	520	78,68	19,80	20,63	83,65	571,19
	Обед						
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	30,00	8,36	7,59	29,19	196,98
98.06/331	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, филе минтая, морковь, лук репч., хлеб пшен., раст. масло сметана 15%, томатное пюре, мука пшен.)	50/40	46,00	9,66	6,61	12,43	163,42
317/330	Овощи в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	100/50	20,00	3,24	8,80	30,05	240,35
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
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	24,28	23,42	100,64	753,69
	Всего:	1241	188,85	44,08	44,05	184,29	1 324,88

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Маминлов

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

Меню на " 08" октября 2025 г.
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор

8 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
20	Салат из свежих огурцов с зеленым луком (огурцы свежие, зелен. лук, раст. масло, йод. соль)	70	15,00	0,49	3,66	1,51	40,90
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	50/190	68,00	16,84	13,13	48,17	381,28
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	220/15	12,00	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
	Итого:	595	100,00	21,21	17,42	87,30	594,58
	Обед						
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/1	40,00	14,18	8,61	33,94	206,44
98.06/331	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, филе минтая, морковь, лук репч., хлеб пшен., раст. масло, сметана 15%, томатное пюре, мука пшен.)	50/40	46,00	9,66	6,61	12,43	163,42
317/330	Овощи в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	140/50	26,00	3,24	8,80	30,05	240,35
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	210/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
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	30,10	24,44	105,39	763,15
	Всего:	1396	225,00	51,31	41,86	192,69	1357,73

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Матвинова

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 40
 Директор

Меню на " 08" октября 2025 г.

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

8 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
20	Салат из свежих огурцов с зеленым луком (огурцы свежие, зелен. лук, раст. масло, йод. соль)	60	12,00	0,49	3,66	1,51	40,90
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	40/170	53,00	16,58	12,89	45,49	364,75
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.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	520	78,68	19,80	20,63	83,65	571,19
	Обед						
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	30,00	8,36	7,59	29,19	196,98
98.06/331	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, филе минтая, морковь, лук репч., хлеб пшен., раст. масло, сметана 15% томатное пюре мука пшен.)	50/40	46,00	9,66	6,61	12,43	163,42
317/330	Овощи в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	100/50	20,00	3,24	8,80	30,05	240,35
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
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	24,28	23,42	100,64	753,69
	Всего:	1241	188,85	44,08	44,05	184,29	1 324,88

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Матвиенко

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

Меню на " 08" октября 2025 г.

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Или

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч.,мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло,укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	30,00	8,36	7,59	29,19	196,98
98.06/331	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметаным с томатом (филе цыпленка, филе минтая, морковь, лук репч., хлеб пшен., раст.масло,сметана 15%,томатное пюре,мука пшен.)	50/30	42,00	5,66	6,61	17,74	117,46
317/330	Овощи в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль,соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	100/50	20,00	3,24	8,80	30,05	240,35
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	701	105,00	20,28	23,42	105,95	707,73

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И. Матильда

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор _____

Меню на " 08" октября 2025 г.

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

8 день цикл. меню

вторая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Обед						
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	30,00	8,36	7,59	29,19	196,98
98.06/331	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, филе минтая, морковь, лук репч., хлеб пшен., раст.масло, сметана 15%, томатное пюре, мука пшен.)	50/40	46,00	9,66	6,61	12,43	163,42
317/330	Овощи в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	100/50	20,00	3,24	8,80	30,05	240,35
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
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	24,28	23,42	100,64	753,69
	Всего:	721	110,17	24,28	23,42	100,64	753,69
	Полдник						
ПР	Оладьи домашние со стуженным молоком (мука пшен., сахар, меланж, масло растит., сгущ. молоко, сыворотка, соль йодир.)	50/35	30,00	9,85	8,44	23,56	185,97
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	190/15	7,83	0,13	0,02	15,20	62,00
	Итого:	300	37,83	3,95	1,93	47,20	221,70

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

М.М.Минина

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

Меню на " 08" октября 2025 г.

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

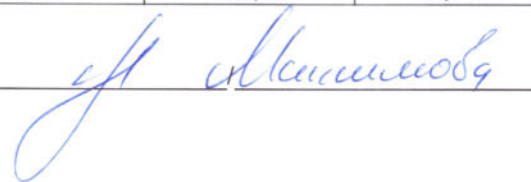
Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 10
Директор 

8 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
20	Салат из свежих огурцов с зеленым луком (огурцы свежие, зелен. лук, раст. масло, йод. соль)	70	15,00	0,49	3,66	1,51	40,90
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	50/170	61,00	16,58	12,89	45,49	364,75
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.)	30/25	5,52	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	560	91,52	21,25	17,23	86,84	588,55
	Обед						
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/1	40,00	14,18	8,61	33,94	306,44
98.06/331	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, филе минтая, морковь, лук репч., хлеб пшен., раст. масло, сметана 15%, томатное пюре, мука пшен.)	50/45	49,00	9,66	6,61	12,43	163,42
317/330	Овощи в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	145/50	26,14	3,24	8,80	30,05	240,35
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	811	128,14	30,10	24,44	105,39	863,15
	Всего:	1371	219,66	51,35	41,67	192,23	1 451,70

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



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

Меню на " 08" октября 2025 г.

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

8 день цикл. меню

первая смена

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
20	Салат из свежих огурцов с зеленым луком (огурцы свежие, зелен. лук, раст. масло, йод. соль)	70	15,00	0,49	3,66	1,51	40,90
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	50/170	61,00	16,58	12,89	45,49	364,75
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.)	30/25	5,52	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	560	91,52	21,25	17,23	86,84	588,55
	Обед						
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/1	40,00	14,18	8,61	33,94	306,44
98.06/331	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом сметанным с томатом (филе цыпленка, филе минтая, морковь, лук репч., хлеб пшен., раст. масло сметана 15% томатное пюре мука пшен.)	50/45	49,00	9,66	6,61	12,43	163,42
317/330	Овощи в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	145/50	26,14	3,24	8,80	30,05	240,35
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	776	128,14	30,10	24,44	105,39	863,15
	Всего:	1336	219,66	51,35	41,67	192,23	1 451,70

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Метинков