

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор Иванов

9 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

Меню на "09 " октября 2025г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                       | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                                                                          |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                           |             |               |                   |              |               |                |
| 295/331     | Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.сол,сметана 15%,томат.пюре,мука пшеничная)                 | 50/50       | 43,00         | 9,36              | 11,35        | 10,89         | 183,76         |
| 302         | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное )                                                                                                          | 165         | 20,00         | 7,61              | 6,61         | 34,40         | 227,18         |
| 388         | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                                                                  | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80          |
| 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>500</b>  | <b>78,68</b>  | <b>19,57</b>      | <b>18,38</b> | <b>80,94</b>  | <b>567,84</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                              |             |               |                   |              |               |                |
| 93          | Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч.,крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит.,зелень, йодир.соль) | 200/15/10/1 | 30,00         | 6,28              | 9,30         | 15,90         | 150,66         |
| 279/540     | Тефтели из цыплят с соусом красным основным                                                                                                                                              | 60/30       | 46,00         | 8,12              | 12,24        | 11,00         | 174,93         |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)                                                                                                          | 150         | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 31,05         | 192,46         |
| 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          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                            | <b>711</b>  | <b>110,17</b> | <b>23,16</b>      | <b>26,97</b> | <b>86,71</b>  | <b>648,66</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                            | <b>1211</b> | <b>188,85</b> | <b>42,73</b>      | <b>45,35</b> | <b>167,65</b> | <b>1216,50</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.И.Матисова

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор Ильин

Меню на "09 " октября 2025г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

9 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>                                                                                                                                                                            |             |               |                   |              |               |                |
| 295/331     | Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.сол.сметана 15% томат-пюре мука пшеничная)                  | 60/40       | 56,00         | 10,92             | 12,85        | 11,67         | 206,57         |
| 302         | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное )                                                                                                         | 200         | 27,00         | 9,04              | 8,13         | 40,85         | 272,40         |
| 388         | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                                                                   | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                            | 30/20       | 5,00          | 2,6               | 0,42         | 15,69         | 110,4          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                             | <b>550</b>  | <b>100,00</b> | <b>22,56</b>      | <b>21,40</b> | <b>88,17</b>  | <b>669,17</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                               |             |               |                   |              |               |                |
| 93          | Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат-пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15% масло растит. зелень, йодир. соль) | 250/15/10/1 | 40,00         | 7,85              | 11,62        | 19,87         | 188,32         |
| 279/540     | Тефтели из цыплят с соусом красным основным                                                                                                                                               | 60/30       | 46,00         | 8,12              | 12,24        | 11,00         | 174,93         |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив.масло 72%, йодир. соль)                                                                                                         | 180         | 24,00         | 5,80              | 5,01         | 37,05         | 216,72         |
| 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.)                                                                                                            | 30/20       | 5,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                             | <b>801</b>  | <b>125,00</b> | <b>24,73</b>      | <b>29,29</b> | <b>96,68</b>  | <b>710,58</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                             | <b>1351</b> | <b>225,00</b> | <b>47,29</b>      | <b>50,69</b> | <b>184,85</b> | <b>1379,75</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.И. Мещеряков




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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор \_\_\_\_\_

Меню на "09" октября 2025г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

9 день цикла, меню (молочный белок)

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                            | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |                                                                                                                                                               |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|                | <i>Завтрак</i>                                                                                                                                                |             |               |                   |              |               |                |
| 295/540        | Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, пшен. сухари, раст.масло, йодир.сол,томат.пюре,мука пшеничная))                  | 50/50       | 43,00         | 9,36              | 11,35        | 10,89         | 183,76         |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное )                                                                               | 165         | 20,00         | 7,61              | 6,61         | 34,40         | 227,18         |
| 388            | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон.кисл.)                                                                                        | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80          |
| 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>500</b>  | <b>78,68</b>  | <b>19,57</b>      | <b>18,38</b> | <b>80,94</b>  | <b>567,84</b>  |
|                | <i>обед</i>                                                                                                                                                   |             |               |                   |              |               |                |
| 93             | Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч.,крупа пшено, мясо кур., масло растит.,зелень, йодир.соль) | 200/15/10/1 | 30,00         | 6,28              | 9,30         | 15,90         | 150,66         |
| 279/540        | Тефтели из цыплят с соусом красным основным                                                                                                                   | 60/30       | 46,00         | 8,12              | 12,24        | 11,00         | 174,93         |
| 309            | Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)                                                                               | 150         | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 31,05         | 192,46         |
| 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          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                 | <b>711</b>  | <b>110,17</b> | <b>23,16</b>      | <b>26,97</b> | <b>86,71</b>  | <b>648,66</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                 | <b>1241</b> | <b>188,85</b> | <b>54,41</b>      | <b>50,68</b> | <b>175,71</b> | <b>1377,96</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_  
