



### 3 день цикл. меню

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ № 10  
Директор Илер

для обучающихся 1 — 4 классов

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И. Монахов

### Заведующий производством



**3 день цикл. меню**

Меню на "14 " января 2026 г  
для обучающихся 5 — 11 классов

**Продукты не содержат ГМО**

Заведующий производством

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор Ильин

Меню на "14 " января 2026 г  
 для обучающихся 1 — 4 классов ( средства родительской платы)

3 день цикл. меню

| №<br>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, картофель, морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо куриц. ) | 200/20/15/10/1 | 30,00         | 7,73              | 10,36        | 22,49         | 215,12        |
| 268/331        | Шницель из свинины с соусом сметанным с томатом (мясо свинины,хлеб пшеничный,лук репчатый,соль йодированная,масло растительное,сметана 15%,томатное пюре)                                                          | 50/40          | 45,00         | 10,27             | 7,47         | 17,56         | 149,42        |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая (крупка гречневая,соль йодированная,масло сливочное )                                                                                                                                   | 150            | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 26,40         | 227,18        |
| ПР             | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                                                       | 200            | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00         |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                                     | 30/30          | 6,50          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95         |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                      | <b>746</b>     | <b>115,50</b> | <b>24,47</b>      | <b>24,83</b> | <b>100,20</b> | <b>741,67</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.М.Мамминова

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор

Меню на "14 " января 2026 г  
 для обучающихся 5 — 11 классов (детям из многодетных семей)

3 день цикл. меню

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                | Выход, г       | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |                                                                                                                                                                                                                   |                |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                                    |                |               |                   |              |               |                 |
| 293/330        | Цыплята жареные порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)                                                                                                               | 60/45          | 50,00         | 13,40             | 12,64        | 14,95         | 128,00          |
| 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         | 27,00         | 3,24              | 8,80         | 30,05         | 240,35          |
| 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.)                                                                                                                                    | 30/25          | 6,46          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,9           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                     | <b>550</b>     | <b>95,46</b>  | <b>20,69</b>      | <b>22,10</b> | <b>89,60</b>  | <b>569,05</b>   |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                                       |                |               |                   |              |               |                 |
| 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 куриц. ) | 250/20/15/10/1 | 40,00         | 8,29              | 11,42        | 26,26         | 242,23          |
| 268/331        | Шницель из свинины с соусом сметанным с томатом (мясо свинины, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль йодированная, масло растительное, сметана 15%, томатное пюре)                                                   | 50/45          | 49,00         | 6,32              | 7,56         | 17,13         | 150,02          |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное )                                                                                                                                 | 160            | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 21,40         | 227,18          |
| ПР             | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                                                      | 200            | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00           |
| ПР             | Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)                                                                                                                                     | 40             | 6,65          | 3,36              | 3,48         | 23,68         | 139,24          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                                    | 15/15          | 4,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                     | <b>821</b>     | <b>133,65</b> | <b>24,44</b>      | <b>29,46</b> | <b>122,22</b> | <b>908,62</b>   |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                                     | <b>1371</b>    | <b>229,11</b> | <b>45,13</b>      | <b>51,56</b> | <b>195,68</b> | <b>1 477,67</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Математика*



Меню на "14 " января 2026 г  
для обучающихся 1 — 4 классов с ОВЗ  
первая смена

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                               | Выход, г       | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |                                                                                                                                                                                                                  |                |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|                | <i>Завтрак</i>                                                                                                                                                                                                   |                |               |                   |              |               |                |
| 293/330        | Цыплята жареные порциями с соусом сметанным<br>(цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)                                                                                                           | 60/40          | 46,00         | 12,40             | 10,64        | 14,95         | 122,00         |
| 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         |
| 388            | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                                                                                          | 215            | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                                   | 20/15          | 4,06          | 2,60              | 0,42         | 15,69         | 77,10          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>500</b>     | <b>82,06</b>  | <b>18,24</b>      | <b>19,86</b> | <b>80,65</b>  | <b>519,25</b>  |
|                | <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         | 7,73              | 10,36        | 22,49         | 215,12         |
| 268/331        | Шницель из свинины с соусом сметанным с томатом<br>(мясо свинины, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль йодированная, масло растительное, сметана 15%, томатное пюре)                                               | 50/40          | 46,00         | 10,27             | 7,47         | 23,56         | 149,42         |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное )                                                                                                                                | 160            | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 21,40         | 227,18         |
| ПР             | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                                                     | 200            | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                                   | 25/15          | 4,91          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>736</b>     | <b>114,91</b> | <b>24,47</b>      | <b>24,83</b> | <b>101,20</b> | <b>741,67</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>1236</b>    | <b>196,97</b> | <b>42,71</b>      | <b>44,69</b> | <b>181,85</b> | <b>1260,92</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

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

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 10  
 Директор Ильин

Меню на "14 " января 2026 г  
 для обучающихся 1 -4 классов (детям мобилизованных лиц)

3 день цикл. меню

первая смена

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                                                                                                                                                                                               | Выход, г       | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                         |                                                                                                                                                                                                                  |                |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|                         | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                                   |                |               |                   |              |               |                |
| 293/330                 | Цыплята жареные порциями с соусом сметанным<br>(цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич.,йодир.соль)                                                                                                             | 60/40          | 46,00         | 12,40             | 10,64        | 14,95         | 222,00         |
| 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         | 35,05         | 240,35         |
| 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          | 4,06          | 2,60              | 0,42         | 15,69         | 77,10          |
|                         | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>500</b>     | <b>82,06</b>  | <b>18,24</b>      | <b>19,86</b> | <b>85,65</b>  | <b>619,25</b>  |
|                         |                                                                                                                                                                                                                  |                |               |                   |              |               |                |
|                         | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                                      |                |               |                   |              |               |                |
|                         |                                                                                                                                                                                                                  |                |               |                   |              |               |                |
| 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         | 7,73              | 10,36        | 22,49         | 215,12         |
| 268/331                 | Шницель из свинины с соусом сметанным с томатом (мясо свинины,хлеб пшеничный,лук репчатый,соль йодированная,масло растительное,сметана 15%,томатное пюре)                                                        | 50/40          | 46,00         | 10,27             | 7,47         | 17,56         | 149,42         |
| 302                     | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное )                                                                                                                                  | 160            | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 21,40         | 227,18         |
| ПР                      | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                                                     | 200            | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00          |
| ПР                      | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                                   | 25/15          | 4,91          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|                         | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>736</b>     | <b>114,91</b> | <b>24,47</b>      | <b>24,83</b> | <b>100,20</b> | <b>741,67</b>  |
|                         | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>1236</b>    | <b>188,86</b> | <b>42,71</b>      | <b>44,69</b> | <b>185,85</b> | <b>1360,92</b> |
|                         |                                                                                                                                                                                                                  |                |               |                   |              |               |                |
| Продукты по заказам БМО |                                                                                                                                                                                                                  |                |               |                   |              |               |                |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.И. Матвиенко



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



Согласовано  
ГБОУ С(О)ОШ № 10  
Директор

Меню на "14 " января 2026 г  
для обучающихся 1 -4 классов (детям мобилизованных лиц)

3 день цикл. меню

вторая смена

| №<br>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         | 7,73              | 10,36        | 22,49         | 215,12        |
| 268/331        | Шницель из свинины с соусом сметанным с томатом (мясо свинины,хлеб пшеничный,лук репчатый,соль йодированная,масло растительное,сметана 15%,томатное пюре)                                                        | 50/40          | 46,00         | 10,27             | 7,47         | 17,56         | 149,42        |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное )                                                                                                                                  | 160            | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 21,40         | 227,18        |
| ПР             | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                                                     | 200            | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00         |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                                   | 25/15          | 4,91          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95         |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>736</b>     | <b>114,91</b> | <b>24,47</b>      | <b>24,83</b> | <b>100,20</b> | <b>741,67</b> |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>736</b>     | <b>114,91</b> | <b>24,47</b>      | <b>24,83</b> | <b>100,20</b> | <b>741,67</b> |
|                | <i>Полдник</i>                                                                                                                                                                                                   |                |               |                   |              |               |               |
| ПР             | Плюшка "Московская"                                                                                                                                                                                              | 100            | 25,00         | 4,35              | 3,17         | 28,89         | 161,79        |
| 389            | Сок фруктовый                                                                                                                                                                                                    | 200            | 14,46         | 0,20              | 0,26         | 22,60         | 92,00         |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>300</b>     | <b>39,46</b>  | <b>4,55</b>       | <b>3,43</b>  | <b>51,49</b>  | <b>253,79</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Матвиенко

Утверждаю  
 ООО "Школьное питание г.о.Жигулевск"  
 Директор \_\_\_\_\_ С.А.Кустова  
 3 день цикл. меню

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

Меню на "14 " января 2026 г  
 для обучающихся 5 — 11 классов (детям мобилизованных лиц)  
 первая смена

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                | Выход, г       | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |                                                                                                                                                                                                                   |                |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                                    |                |               |                   |              |               |                 |
| 293/330        | Цыплята жареные порциями с соусом сметанным<br>(цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)                                                                                                            | 60/45          | 50,00         | 13,40             | 12,64        | 14,95         | 128,00          |
| 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         | 27,00         | 3,24              | 8,80         | 30,05         | 240,35          |
| 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.)                                                                                                                                    | 30/25          | 6,46          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,9           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                     | <b>550</b>     | <b>95,46</b>  | <b>20,69</b>      | <b>22,10</b> | <b>89,60</b>  | <b>569,05</b>   |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                                       |                |               |                   |              |               |                 |
| 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 куриц. ) | 250/20/15/10/1 | 40,00         | 8,29              | 11,42        | 26,26         | 242,23          |
| 268/331        | Шницель из свинины с соусом сметанным с томатом<br>(мясо свинины, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль йодированная, масло растительное, сметана 15%, томатное пюре)                                                | 50/45          | 49,00         | 6,32              | 7,56         | 17,13         | 150,02          |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая (крупка гречневая, соль йодированная, масло сливочное )                                                                                                                                | 160            | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 21,40         | 227,18          |
| ПР             | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                                                      | 200            | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00           |
| ПР             | Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)                                                                                                                                     | 40             | 6,65          | 3,36              | 3,48         | 23,68         | 139,24          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                                    | 15/15          | 4,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                     | <b>821</b>     | <b>133,65</b> | <b>24,44</b>      | <b>29,46</b> | <b>122,22</b> | <b>908,62</b>   |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                                     | <b>1371</b>    | <b>229,11</b> | <b>45,13</b>      | <b>51,56</b> | <b>195,68</b> | <b>1 477,67</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*Матемодат*