

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

Меню на "17 " декабря 2025 г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С(О)УШ № 10  
 Директор

3 день цикл. меню(молочный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                     | Выход, г       | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                                                                        |                |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                         |                |               |                   |              |               |                |
| 293/540     | Цыплята порциями с соусом красным основным(цыплята порц., мука пшенич.,йодир.соль)                                                                                                     | 60/30          | 43,00         | 10,40             | 14,64        | 14,95         | 222,00         |
| 317         | Овощи припущенные с растительным маслом                                                                                                                                                | 160            | 20,00         | 8,90              | 7,91         | 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>21,90</b>      | <b>22,97</b> | <b>85,00</b>  | <b>606,08</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                            |                |               |                   |              |               |                |
| 183/184     | Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, 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         |
| 267/540     | Шницель из свинины с соусом красным основным (мясо свинины,хлеб пшеничный,лук репчатый,соль йодированная,масло растительное.,томатное пюре)                                            | 50/40          | 42,00         | 4,27              | 5,94         | 13,43         | 127,02         |
| 302         | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло растительное)                                                                                                      | 160            | 20,00         | 7,61              | 6,61         | 34,40         | 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          | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                          | <b>726</b>     | <b>110,17</b> | <b>22,47</b>      | <b>23,30</b> | <b>104,07</b> | <b>719,27</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                          | <b>1226</b>    | <b>188,85</b> | <b>44,37</b>      | <b>46,27</b> | <b>189,07</b> | <b>1325,35</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Матвиенко И.И.*

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

Меню на "17 " декабря 2025г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

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

3 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

| №<br>рецентуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                               | Выход, г       | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |                                                                                                                                                                                                                  |                |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭП, ккал       |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                                   |                |               |                   |              |               |                |
| 293/330        | Цыплята порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)                                                                                                                      | 60/30          | 45,00         | 8,40              | 12,64        | 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         | 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.)                                                                                                                                   | 20/15          | 3,68          | 2,60              | 0,42         | 15,69         | 77,10          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>500</b>     | <b>80,68</b>  | <b>14,24</b>      | <b>21,86</b> | <b>80,65</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          | 42,00         | 6,27              | 7,47         | 17,56         | 149,42         |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное )                                                                                                                                | 160            | 20,00         | 7,61              | 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.)                                                                                                                                   | 25/15          | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>736</b>     | <b>110,17</b> | <b>24,47</b>      | <b>24,83</b> | <b>100,20</b> | <b>741,67</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>1236</b>    | <b>190,85</b> | <b>38,71</b>      | <b>46,69</b> | <b>180,85</b> | <b>1360,92</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*С.А.Кустова*

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

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

Меню на "17 " декабря 2025г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

3 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>                                                                                                                                                                                                   |                |               |                   |              |               |                |
| 293/330        | Цыплята порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич.,йодир.соль)                                                                                                                        | 70/50          | 60,00         | 10,35             | 13,33        | 15,01         | 251,67         |
| 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.)                                                                                                                                    | 15/15          | 3,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>555</b>     | <b>102,00</b> | <b>16,45</b>      | <b>22,52</b> | <b>83,77</b>  | <b>661,77</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)                                                        | 50/35          | 41,00         | 9,75              | 7,09         | 17,87         | 142,46         |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное )                                                                                                                                  | 190            | 27,00         | 9,04              | 8,13         | 40,85         | 272,40         |
| ПР             | Витаминный напиток «Витошка» (брусника)                                                                                                                                                                          | 200            | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00          |
| 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>125,00</b> | <b>29,94</b>      | <b>27,03</b> | <b>118,73</b> | <b>807,04</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>1356</b>    | <b>227,00</b> | <b>46,39</b>      | <b>49,55</b> | <b>202,50</b> | <b>1468,81</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*М.И.Митин*