

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Ильин

Меню на "08 " октября 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

9 день цикл. меню(куриное яйцо)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (грудка кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	60/35	48,00	13,57	12,22	10,55	177,90
305/136	Рис с овощами (крупя рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	200	27,00	4,35	10,68	40,02	205,10
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.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	550	95,46	21,97	23,56	90,21	563,90
	Обед						
88	Щи на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., мясо кур., сметана 15%, масло растит.,зелень, йодир.соль)	250/15/5/1	40,00	6,85	11,85	8,10	218,32
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным(мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная)	55/40	50,00	6,97	4,68	22,99	138,81
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	200	27,00	7,45	9,48	40,90	322,53
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	205/15	10,65	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	6,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	Итого:	836	133,65	25,12	26,65	104,42	830,72
	Всего:	1386	229,11	47,09	50,21	194,63	1394,62

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Маниндов / 22.09.26

Ответственный по питанию

Саркина / Сар / 22.09.26

Ф.И.О. подпись дата получения

Ф.И.О. подпись дата получения

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

Меню на "08 " октября 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор *Ильин*

9 день цикл. меню(молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
295/540	Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, вода, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	37,00	12,57	12,46	9,95	176,79
305/136	Рис с овощами на растит.масле (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, растит.масло, йодир. Соль)	180	27,00	3,55	6,68	39,82	165,18
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.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	505	82,06	18,72	19,56	80,46	479,07
	Обед						
88	Щи на бульоне из мяса цыплят, с зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит.,зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	30,00	6,83	11,73	7,81	216,98
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным(мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная")	55/40	50,00	9,97	11,68	12,99	138,81
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля на воде с растит.маслом (картофель, горох лущеный, растит.масло, йодир. Соль)	150	20,00	7,45	8,48	40,76	302,53
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	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	726	114,91	27,21	32,31	90,32	788,93
	Всего:	1231	196,97	45,93	51,87	170,78	1268,00

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ф.И.О.

подпись

дата получения

Ответственный по питанию

Ф.И.О.

подпись

дата получения

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

Меню на "08 " октября 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Ильин

9 день цикл. меню(молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
295/540	Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, вода, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	60/35	48,00	13,57	12,22	10,55	177,90
305/136	Рис с овощами на растит.масле (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, растит.масло, йодир. Соль)	200	27,00	4,35	10,68	40,02	205,10
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.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	550	95,46	21,97	23,56	90,21	563,90
	Обед						
88	Щи на бульоне из мяса цыплят, с зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит.,зелень, йодир.соль)	250/15/10/1	40,00	6,85	11,85	8,10	218,32
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным(мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная)	55/40	50,00	9,97	11,68	12,99	138,81
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля на воде с растит.маслом (картофель, горох лущеный, растит.масло, йодир. Соль)	200	27,00	7,45	9,48	40,90	322,53
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	205/15	10,65	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	6,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	Итого:	841	133,65	28,12	33,65	94,42	830,72
	Всего:	1391	229,11	50,09	57,21	184,63	1394,62

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ф.И.О.

подпись

дата получения

Ответственный по питанию

Ф.И.О.

подпись

дата получения

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Иванов

Меню на "08 " октября 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

8 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
71	Овощи свежие порционно (помидор)	60	12,00	0,66	0,12	2,28	14,40
298/331	Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 155, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	50/40	36,00	9,18	14,13	5,33	176,03
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	5,80	5,01	37,15	216,72
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	10,00	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	535	82,06	18,44	19,94	80,43	564,12
	Обед						
110/392	Суп картофельный с пельменями (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, пельмени)	200/1	30,00	6,78	5,10	16,34	211,60
291	Плов из цыплят (мясо цыплят, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. Соль)	40/170	58,00	11,85	16,72	21,53	344,21
ПР	Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)	40	10,00	3,36	3,48	23,68	139,24
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	210	12,00	0,00	0,00	19,96	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	701	114,91	24,85	25,69	100,26	864,80
	Всего:	1236	196,97	43,29	45,63	180,69	1428,92

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Максимов / 22.09.26 Ответственный по питанию Кореткова / 22.09.26

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

Меню на "08 " октября 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор _____

9 день цикл. меню(целиакия)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным ОСНОВНЫМ (грудка кур., молоко 2,5 %, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре)	50/40	38,00	12,57	12,46	9,95	176,79
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	195	27,00	3,55	6,68	39,82	165,18
ПР	Витаминный напиток «Витошка»	215	17,06	0,00	0,00	15,00	60,00
	Итого:	500	82,06	16,12	19,14	64,77	401,97
	Обед						
88	Щи на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., мясо кур., сметана 15%, масло растит.,зелень, йодир.соль)	200/15/5/1	30,00	6,83	11,73	7,81	216,98
243/540	Мясные изделия с соусом красным основным(мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное)	55/40	50,00	6,97	4,68	22,99	138,81
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	190	24,91	7,45	8,48	40,76	302,53
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
	Итого:	721	114,91	21,35	24,92	81,57	698,98
	Всего:	1221	196,97	37,47	44,06	146,34	1100,95

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____
 Ф.И.О. _____
 22.09.26 _____
 дата получения

Ответственный по питанию _____
 Ф.И.О. _____
 22.09.26 _____
 дата получения