

Утверждаю
 ООО «Школьное питание г.о. Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Меню на "10 " ноября 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

7 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	Э, ккал
	Завтрак						
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена (крупа рисовая, крупа пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	170/5	30,00	4,50	10,98	26,43	223,14
ПР/ПР	Сырники творожные со сгущенным молоком (творог, яйцо, сахар, масло растительное., молоко сгущеное)	50/15	35,50	10,49	8,02	17,91	143,16
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	44,00
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	45	6,56	3,80	0,72	25,66	130,62
	Итого:	500	82,06	18,95	19,75	80,22	540,92
	Обед						
47	Салат из квашеной капусты	60	12,00	0,04	3	3,24	40,17
184/190	Борщ с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/5	30,00	4,73	7,36	20,49	179,30
284/331	Запеканка картофельная с мясом (грудки куриные, мякоть свинины, картофель очищенный, лук репчатый, сметана, масло растит., масло слив., сухари паниров., там.паста, соль йодиров.)	40/160/40	54,00	15,88	14,18	35,48	354,06
389	Сок фруктовый	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	780	114,91	23,71	25,19	100,56	755,48
	Всего:	1280	196,97	42,66	44,94	180,78	1296,40

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
 7 день цикл. меню (куриное яйцо)

Меню на "10 " ноября 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

Согласовано
 ГБОУ СО(О)УШ № 10
 Директор 


№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена (крупа рисовая, крупа пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	200/5	40,00	5,05	11,32	29,65	231,34
ПР/ПР	Сырники творожные со сгущенным молоком (творог, яйцо, сахар, масло растительное., молоко сгущенное)	50/20	38,46	11,21	8,87	20,79	143,91
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	44,00
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	60	7,00	4,80	0,72	27,66	136,32
	Итого:	550	95,46	21,22	20,94	88,32	555,57
	Обед						
47	Салат из квашеной капусты	60	12,00	0,04	3	3,24	40,17
184/190	Борщ с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	250/20/15/5	40,00	5,29	7,43	20,63	193,2
284/331	Запеканка картофельная с мясом (грудки куриные, мякоть свинины, картофель очищенный, лук репчатый, сметана, масло растит., масло слив., сухари паниров., там.паста, соль йодиров.)	50/170/50	71,00	16,10	16,67	35,63	362,73
389	Сок фруктовый	210	15,65	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/30	7,00	4,26	0,75	28,35	137,37
	Итого:	890	133,65	25,89	28,11	110,45	825,47
	Всего:	1440	229,11	47,11	49,05	198,77	1 381,04

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 СО(О)УШ № 10
 Директор Иван

Меню на "10 " ноября 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

7 день цикл. меню(целиакия)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена (крупа рисовая, крупа пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	200/5	37,00	4,50	10,98	26,43	223,14
ПР/ПР	Сырники творожные со сгущенным молоком (творог, яйцо, сахар, масло растительное., молоко сгущеное)	50/25	35,00	10,49	8,02	17,91	119,60
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)	205/15	10,06	0,16	0,03	10,22	62,99
	Итого:	500	82,06	15,15	19,03	54,56	405,73
	Обед						
47	Салат из квашеной капусты	70	16,91	0,04	3	3,24	40,17
184	Борщ с пампушками со сметаной (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, сметана 15 %, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/15/5	30,00	4,73	7,36	20,49	215,12
284/331	Запеканка картофельная с мясом (грудки куриные, мякоть свинины, картофель очищенный, лук репчатый, сметана, масло растит., масло слив., сухари паниров., там.паста, соль йодиров.)	40/160/40	54,00	15,88	17,18	37,08	354,06
389	Сок фруктовый	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
	Итого:	736	114,91	20,85	27,80	83,41	701,35
	Всего:	1236	196,97	36,00	46,83	137,97	1107,08

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ф.И.О.

подпись

дата получения

Ответственный по питанию

Ф.И.О.

подпись

дата получения



ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Меню на "10 " ноября 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов



7 день цикл. меню(молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭП, ккал
	Завтрак						
302	Каша пшенная рассыпчатая на воде с маслом растительным на ВОДЕ (крупа пшено, масло растит.соль йодир.)	170/5	43,00	14,23	10,81	24,79	230,14
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	100	23,00	0,40	0,40	9,80	47,00
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	45	6,06	3,80	0,72	25,66	130,62
	Итого:	500	82,06	18,59	11,96	70,47	470,75
	Обед						
47	Салат из квашеной капусты	60	12,00	0,04	3	3,24	40,17
184/190	Борщ с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15	30,00	4,73	7,36	20,49	179,30
284	Запеканка картофельная с мясом (без сметаны,грудки куриные,картофель очищенный,лук репчатый,масло растит.,сухари паниров.,том.паста,соль йодиров.)	40/160	54,00	15,88	14,18	35,48	354,06
389	Сок фруктовый	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	735	114,91	23,71	25,19	100,56	755,48
	Всего:	1235	196,97	42,30	37,15	171,03	1226,23

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 "10 " ноября 2026 г
для обучающихся 5 — 11 классов

Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 10
Директор Иванов

7 день цикл. меню(молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭН, ккал
	Завтрак						
302	Каша пшенная рассыпчатая на воде с маслом растительным на ВОДЕ (крупя пшено, масло растит.соль йодир.)	180/10	43,00	15,05	11,32	29,65	241,34
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	150	35,46	0,40	0,40	9,80	47,00
377	Чай с апельсином с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)	200/15	10,00	0,16	0,03	10,22	62,99
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	50	7,00	4,80	0,72	27,66	136,32
	Итого:	550	95,46	20,41	12,47	77,33	487,65
	Обед						
47	Салат из квашеной капусты	60	12,00	0,04	3	3,24	40,17
184/190	Борщ с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат.пюре, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	250/20/15	40,00	5,29	7,43	20,63	193,2
284	Запеканка картофельная с мясом (без сметаны,грудки куриные,картофель очищенный,лук репчатый,масло растит.,сахар паниров.,том.паста,соль йодиров.)	50/170	71,00	16,10	16,67	35,63	362,73
389	Сок фруктовый	210	15,65	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/30	7,00	4,26	0,75	28,35	137,37
	Итого:	835	133,65	25,89	28,11	110,45	825,47
	Всего:	1385	229,11	46,30	40,58	187,78	1 313,12

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ответственный по питанию

Ф.И.О. Михайлов подпись Иванов дата получения 20.10.26

Ф.И.О. Иванов подпись Иванов дата получения 20.10.26