

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

Согласовано
 ГБОУ СО(О)ОШ № 10
 Директор Ильин

Меню на "11 " сентября 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

10 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 (огурец)	60	12,00	0,48	0,06	1,50	8,40
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным	50/40	36,00	11,57	13,86	27,45	199,40
312	Картофельное пюре (картофель,молоко 2,5%,слив.масло 72%,йодир.соль)	150	20,00	4,28	5,60	22,46	152,24
377	Чай фруктовый с сахаром	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	82,06	18,55	19,91	80,60	489,35
	Обед						
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (картофель п/ф., морк., лук репч.,томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. Соль)	200/20/1	30,00	5,66	5,59	19,03	195,30
251	Свинина тушеная с томатом и луком(мякоть свинины,томат-паста,лук репч.соль йод.масло раст)	40/55	50,00	11,98	12,53	21,20	151,45
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупя гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	150	20,00	3,61	6,61	21,40	227,18
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.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	706	114,91	24,31	25,38	100,36	743,75
	Всего:	1256	196,97	42,86	45,29	180,96	1233,10

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Матвиенко 4.09.26

Ответственный по питанию

Коренькова 4.09.26

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

Меню на "11 " сентября 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор

10 день цикл. меню (куриное яйцо)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
71	Овощи свежие порционно (огурец)	60	12,00	0,48	0,06	1,50	8,40
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным	60/30	47,00	12,07	14,06	28,40	200,30
312	Картофельное пюре (картофель,молоко 2,5%,слив.масло 72%,йодир.соль)	150	20,00	4,28	5,60	22,46	152,24
377	Чай фруктовый с сахаром	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	570	95,46	20,50	20,35	90,50	534,05
	Обед						
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (картофель п/ф., морк., лук репч.,томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. Соль)	250/20/1	40,00	8,16	7,82	21,89	198,10
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мясо цыплят,томат-паста,лук репч.соль йод.масло раст)	50/45	52,00	11,98	12,74	21,60	151,60
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупка гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	200	27,00	3,61	6,16	21,40	227,18
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	210	10,65	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	4,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	806	133,65	26,81	27,37	103,62	746,70
	Всего:	1376	229,11	47,31	47,72	194,12	1280,75

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Мещеряков / 4.09.26

Ответственный по питанию

Ларина / Лар / 1.09.26

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 "11 " сентября 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № _____
 Директор _____

10 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
71	Овощи свежие порционно (огурец)	60	12,00	0,48	0,06	1,50	8,40
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным	60/30	47,00	12,07	14,06	28,40	200,30
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый с сахаром	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	570	95,46	19,50	20,35	90,10	534,05
	Обед						
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (без куриного яйца, картофель п/ф., морк., лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр. лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., йодир. соль)	250/20/1	40,00	8,16	7,82	21,89	198,10
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, томат-паста, лук репч. соль йод. масло раст)	50/45	52,00	11,98	12,74	21,60	151,60
302	Каша гречневая рассыпчатая с растит. маслом (крупка гречневая, соль йодированная, масло растит.)	200	27,00	3,61	6,16	21,40	227,18
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	210	10,65	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	4,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	806	133,65	26,81	27,37	103,62	746,70
	Всего:	1376	229,11	46,31	47,72	193,72	1280,75

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

Ответственный по питанию _____

Матильда 4.09.26 Сарина Сар 4.09.26



ООО "Школа по питанию г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

10 день цикл. меню (молочный белок)

Меню на "11 " сентября 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов



ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
71	Овощи свежие порционно (огурец)	60	12,00	0,48	0,06	1,50	8,40
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным	50/40	36,00	11,57	13,86	27,45	199,40
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый с сахаром	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	82,06	17,55	19,91	80,20	489,35
	Обед						
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (без куриного яйца, картофель ш/ф., морк., лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., йодир. соль)	200/20/1	30,00	5,66	5,59	19,03	195,30
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, томат- паста, лук репч. соль йод. масло раст)	40/55	50,00	11,98	12,53	21,20	151,45
302	Каша гречневая рассыпчатая с растит.маслом (крупя гречневая, соль йодированная, масло растит.)	150	20,00	3,61	6,61	21,40	227,18
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.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	701	114,91	24,31	25,38	100,36	743,75
	Всего:	1251	196,97	41,86	45,29	180,56	1233,10

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Матвиенко 4.09.26

Ответственный по питанию

Косарева 4.09.26

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

Меню на "11 " сентября 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор

10 день цикл. меню(целиакия)

№ рецентуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
71	Овощи свежие порционно (огурец)	70	16,00	0,48	0,06	1,50	8,40
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным	50/40	36,00	11,57	13,86	27,45	199,40
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир.,зелень)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
377	Чай фруктовый с сахаром	205/15	10,06	0,10	0,03	15,00	60,61
	Итого:	530	82,06	14,95	19,49	64,51	412,25
	Обед						
104/105	Суп с рисовой крупой и мясными фрикадельками (картофель п/ф., морк., лук репч.,томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, мясо кур, лук репчат., яйцо куриное, йодир. Соль)	200/20/1	30,00	5,66	5,59	19,03	195,30
251	Свинина тушеная с томатом и луком(мякоть свинины,томат-паста,лук репч.соль йод,масло раст)	40/55	50,00	11,98	12,53	21,20	151,45
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупка гречневая,соль йодированная,масло сливочное)	150	20,00	3,61	6,61	21,40	227,18
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	210	14,91	0,00	0,00	19,96	79,80
	Итого:	701	114,91	21,25	24,73	81,59	653,73
	Всего:	1231	196,97	36,20	44,22	146,10	1065,98

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ответственный по питанию

М.А.Мамедова 4.09.26

Кочеткова 4.09.26