

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

Меню на "09 " сентября 2025г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

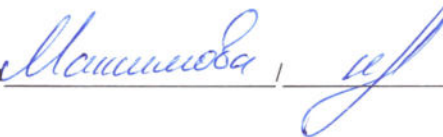
Согласовано
 10
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор 
 Химический состав
 жиры, г углеводы, г

7 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ 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.)	160/10	30,00	4,91	11,43	27,09	231,54
ПР/ПР	Сырники творожные со сгущенным молоком (творог, яйцо, сахар, масло растительное., молоко сгущенное)	50/20	33,00	10,49	8,02	14,79	119,60
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	45	5,68	4,80	0,72	27,66	136,32
	Итого:	500	78,68	20,30	20,20	79,55	528,12
	Обед						
18	Салат зеленый с огурцом(б/капуста,огурец свежий,масло раст.,соль)	60	12,00	0,70	3,65	4,98	55,82
103	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель, морковь, лук репч.,макаронные изделия, раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	30,00	3,75	2,31	14,06	128,03
258	Мясо духовое(свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)	40/160	54,00	16,88	18,18	42,93	357,26
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	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	701	110,17	24,39	25,46	100,70	710,93
	Всего:	1201	188,85	44,69	45,66	180,25	1239,05

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



Утверждаю
 ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»
 Директор С.А.Кустова
 7 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

Меню на "09 " сентября 2025г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
 ГБОУ СОШ № 10 им. Н.И.Мухоморова
 Директор М.И.Сидорова

№ 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.)	190/10	40,00	5,05	11,32	29,65	241,34
ПР/ПР	Сырники творожные со сгущенным молоком (творог, яйцо, сахар, масло растительное, молоко сгущенное)	50/35	44,00	11,21	8,87	20,34	202,37
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	50	6,00	4,83	0,72	27,90	136,42
	Итого:	550	100,00	21,19	20,94	87,90	620,79
	Обед						
18	Салат зеленый с огурцом(б/капуста,огурец свежий,масло раст.соль)	60	12,00	0,70	3,65	4,98	55,82
103	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель, морковь, лук репч.,макаронные изделия, раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/1	40,00	4,17	2,88	17,54	135,17
258	Мясо духовое(свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)	45/180	60,00	17,20	18,31	43,60	358,90
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	220	10,00	0,20	0,26	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	801	125,00	25,35	26,21	104,35	720,41
	Всего:	1351	225,00	46,54	47,15	192,25	1 341,20

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Матвиенко


 Утверждаю
 ООО "Школьное питание г.о. Жигулевск"
 Директор С.А.Кустова
 7 день цикл. меню(молочный белок)

Меню на " 09 "сентября 2025г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет


 Согласовано
 ГБОУ СОШ № 10
 Директор

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
302	Каша пшениная рассыпчатая с маслом растительным на ВОДЕ (крупа пшено, масло растит,соль йодир.)	180/10	40,00	14,23	10,81	24,79	213,96
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон.кисл.)	220	14,00	0,10	0,03	19,96	79,80
ПР	Десерт фруктовый(яблоко)	100	19,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	45	5,68	4,80	0,72	27,66	136,32
	Итого:	500	78,68	19,53	11,96	82,21	477,08
	Обед						
18	Салат зеленый с огурцом(б/капуста,огурец свежий,масло раст.,соль)	60	12,00	0,70	3,65	4,98	55,82
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	200/15/1	30,00	3,75	2,31	14,06	128,03
258	Мясо духовое(свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)	40/160	54,00	16,88	18,18	42,93	357,26
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	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	716	110,17	24,39	25,46	100,70	710,93
	Всего:	1216	188,85	43,92	37,42	182,91	1 188,01

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

