

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

Согласовано
 ГБОУ С(О)ОШ № 10
 Директор

Меню на "19 " декабря 2025г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
67	Винегрет овощной с зел.горошком	60	12,00	0,87	6,1	5,59	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репчатый, томатн.паста, масло растит., йодирован. соль)	35/55	33,00	10,44	5,83	19,90	151,45
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
378	Чай с молоком с сахаром (чай черный, молоко, сахар)	200/15	10,00	1,55	1,63	17,35	90,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	78,68	18,74	19,58	80,59	525,76
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
96	Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	30,00	7,30	9,45	27,40	240,30
321	Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к, лук репчатый, морковь, мясные изделия, масло слив. 72,5%, сахар, соль йодир., том.паста, кислота лим.)	150/25	54,00	12,75	9,95	27,06	271,18
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
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	23,73	25,86	100,57	735,88
	Всего:	1266	188,85	42,47	45,44	181,16	1261,64

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М.М.Матвеева

Утверждаю
 ООО "Школьное питание г.о.Жигулевск"
 Директор С.А.Кустова
 5 день цикл. меню

Меню на "19 " декабря 2025г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Иванов

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
67	Винегрет овощной с зел.горошком	60	12,00	0,87	6,1	5,59	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репчатый, томатн.паста, масло растит., йодирован. соль)	40/50	51,00	13,87	7,83	23,60	166,34
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив.масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
378	Чай с молоком с сахаром (чай черный, молоко, сахар)	220/15	12,00	1,55	1,63	17,35	90,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	5,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	Итого:	585	100,00	19,41	19,33	95,10	557,93
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	70	15,00	0,69	6,05	12,16	72,45
96	Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы консервир., морковь, лук репч., мясо кур., сметана 15%, укроп, зелень, йодир. соль)	250/15/10/1	40,00	8,06	10,24	27,81	275,18
321	Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к, лук репчатый, морковь, мясные изделия, масло слив. 72,5%, сахар, соль йодир., том.паста, кислота лим.)	180/25	57,00	12,72	10,89	28,42	281,18
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	205/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
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	24,46	27,59	102,34	780,76
	Всего:	1386	225,00	43,87	46,92	197,44	1338,69

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.А. Мамонтова

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор

Меню на "19" декабря 2025г

ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
67	Винегрет овощной с зел.горошком	60	12,00	0,87	6,1	5,59	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репчатый, томат, паста, масло растит., йодирован. соль)	35/55	33,00	10,44	5,83	20,20	151,45
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
378	Чай с молоком с сахаром (чай черный, молоко, сахар)	200/15	10,00	1,55	1,63	17,35	90,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	78,68	18,74	19,58	80,59	525,76
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
96	Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая,	200/15/10/1	30,00	7,30	9,45	27,40	240,30
321	Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к, лук репчатый, морковь, мясные изделия, масло слив. 72,5%, сахар, соль йодир. том. паста, кислота лим.)	150/25	54,00	12,75	9,95	27,06	271,18
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
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	23,73	25,86	100,57	735,88
	Всего:	1266	188,85	42,47	45,44	181,16	1261,64

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М. Матильда

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

Согласовано
 ГБОУ СО(О)ОШ № 10
 Директор

Меню на "19 " декабря 2025г

Возрастная категория с 7 до 11 лет (средства родительской платы)

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<i>Обед</i>						
62	Салат из моркови с чесноком	50	8,00	0,69	6,05	12,16	72,45
96	Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы, консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	30,00	7,30	9,45	27,40	240,30
321	Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к, лук репчатый, морковь., мясные изделия, масло слив. 72,5%, сахар, соль йодир., том. паста, кислота лим.)	150/25	54,00	12,75	9,95	27,06	271,18
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	205/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	701	105,00	23,73	25,86	100,57	735,88

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Метелица



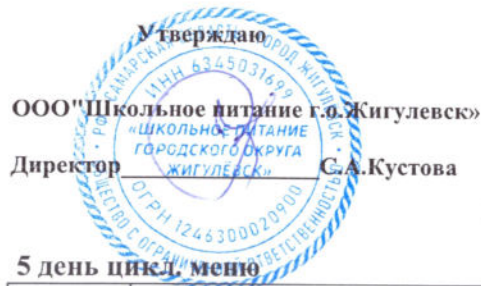
Согласовано

ГБОУ СО(О)ОШ № 10

Директор

вторая смена**Продукты не содержат ГМО**

Заведующий производством



Меню на "19 " декабря 2025г
Возрастная категория с 12 лет и старше (детям из многодетных семей)

5 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
67	Винегрет овощной с зел.горошком	70	15,00	0,87	6,1	5,59	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины,лук репчатый,томатн.паста,масло растит.,йодирован.соль)	40/40	41,00	11,87	6,83	20,60	166,34
312	Картофельное пюре (картофель,молоко 2,5%,слив.масло 72% йодир.соль)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
378	Чай с молоком с сахаром (чай черный, молоко, сахар)	200/15	10,00	1,55	1,63	17,35	90,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	5,52	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	570	91,52	21,62	20,82	90,24	584,45
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	70	15,00	0,69	6,05	12,16	72,45
96	Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/10/1	40,00	8,06	10,24	27,81	275,18
321	Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к,лук репчатый,морковь,,мясные изделия,масло слив. 72,5%,сахар,соль йодир. том.паста,кислое слив.)	150/25	54,00	12,75	9,95	27,06	271,18
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Булочка Ромашка(мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)	40	6,14	3,36	3,48	23,68	139,24
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	806	128,14	27,85	30,13	124,66	910,00
	Всего:	1376	219,66	49,47	50,95	214,90	1 494,45

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова



ГБОУ С(О)ОШ № 10

Директор

Меню на "19 " декабря 2025г

Возрастная категория с 12 лет и старше (детям мобилизованных лиц)

5 день цикла меню

первая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
67	Винегрет овощной с зел.горошком	70	15,00	0,87	6,1	5,59	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репчатый, томатн.паста, масло растит., йодирован. соль)	40/40	41,00	11,87	6,83	20,60	166,34
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
378	Чай с молоком с сахаром (чай черный, молоко, сахар)	200/15	10,00	1,55	1,63	17,35	90,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	5,52	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	570	91,52	21,62	20,82	90,24	584,45
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	70	15,00	0,69	6,05	12,16	72,45
96	Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/10/1	40,00	8,06	10,24	27,81	275,18
321	Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к, лук репчатый, морковь., мясные изделия, масло слив. 72,5%, сахар, соль йодир. том.паста, кислота лим.)	150/25	54,00	12,75	9,95	27,06	271,18
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)	40	6,14	3,36	3,48	23,68	139,24
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	806	128,14	27,85	30,13	124,66	910,00
	Всего:	1376	219,66	49,47	50,95	214,90	1 494,45

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



Меню на "19 " декабря 2025г
Возрастная категория с 7 до 11 лет(детям мобилизованных лиц)

5 день цикл: меню

первая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
67	Винегрет овощной с зел.горошком	60	12,00	0,87	6,1	5,59	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины,лук репчатый,томатн.паста,масло растит.,йодирован.соль)	35/55	33,00	10,44	7,53	20,20	151,45
312	Картофельное пюре (картофель,молоко 2,5%,слив.масло 72%,йодир.соль)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
378	Чай с молоком с сахаром (чай черный, молоко, сахар)	200/15	10,00	1,55	1,63	17,35	90,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	3,68	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	78,68	18,74	19,58	79,90	525,76
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
96	Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью (картофель ш/ф., крупа перловая, огурцы,консервир., морк., лук репч., мясо кур., сметана 15 %, укроп,зелень, йодир. соль)	200/15/10/1	30,00	7,30	9,45	27,40	240,30
321	Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к,лук репчатый,морковь,,мясные изделия,масло слив. 72,5%,сахар,соль)	150/25	54,00	12,75	9,95	27,06	271,18
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина с/м мор.)	200/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
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	23,73	25,86	100,57	735,88
	Всего:	1291	188,86	42,47	45,44	180,47	1261,64

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И. И. Митин