

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

Меню на "21 " ноября 2025г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ СО(О)ОШ № 10  
 Директор

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                      | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |                                                                                                                                                                                                         |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                          |             |               |                   |              |               |                |
| 25             | Салат Степной                                                                                                                                                                                           | 60          | 12,00         | 0,84              | 3,70         | 4,38          | 52,69          |
| 251            | Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо<br>цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод. масло раст)                                                                                           | 40/50       | 33,00         | 7,88              | 7,74         | 10,59         | 109,54         |
| 305            | Рис припущенный (крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)                                                                                                                                               | 150         | 20,00         | 5,70              | 4,86         | 31,89         | 214,10         |
| 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,<br>дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                       | 20/15       | 3,68          | 2,60              | 0,42         | 15,69         | 77,10          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                           | <b>550</b>  | <b>78,68</b>  | <b>18,57</b>      | <b>18,35</b> | <b>79,90</b>  | <b>544,04</b>  |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                             |             |               |                   |              |               |                |
| 49             | Салат Витаминный 2 вариант (без болгар. перца)                                                                                                                                                          | 60          | 12,00         | 0,98              | 3,66         | 10,84         | 58,59          |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса<br>цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая,<br>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         |
| 258            | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук<br>репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)                                                                                            | 40/160      | 54,00         | 12,75             | 11,95        | 28,06         | 271,18         |
| 377            | Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар,<br>смородина св./мор.)                                                                                                                      | 200/15      | 10,00         | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный<br>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                       | 25/15       | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                           | <b>741</b>  | <b>110,17</b> | <b>24,02</b>      | <b>25,47</b> | <b>100,25</b> | <b>722,02</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                           | <b>1291</b> | <b>188,85</b> | <b>42,59</b>      | <b>43,82</b> | <b>180,15</b> | <b>1266,06</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Матвиенко*

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

Меню на "21 " ноября 2025г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано  
 10  
 ТБОУ С (О)ОШ № \_\_\_\_\_  
 Директор \_\_\_\_\_

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                             | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |                                                                                                                                                                                                |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                |
| 25             | Салат Степной                                                                                                                                                                                  | 60          | 12,00         | 0,84              | 3,70         | 4,38          | 52,69          |
| 251            | Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо<br>цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод. масло раст)                                                                                  | 50/40       | 48,00         | 7,97              | 8,11         | 10,54         | 109,03         |
| 305            | Рис припущенный (крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)                                                                                                                                      | 170         | 27,00         | 6,19              | 5,50         | 44,08         | 215,65         |
| 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,<br>дрожжи, соль йодир.)                                                                                                              | 15/15       | 3,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                  | <b>565</b>  | <b>100,00</b> | <b>19,41</b>      | <b>19,33</b> | <b>95,10</b>  | <b>557,93</b>  |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                |
| 49             | Салат Витаминный 2 вариант (без болгар. перца)                                                                                                                                                 | 70          | 15,00         | 1,03              | 3,91         | 10,97         | 58,8           |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса<br>цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая,<br>огурцы консерв. 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         |
| 258            | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука<br>пшеничная, соль йодир.)                                                                                   | 40/170      | 57,00         | 12,72             | 12,89        | 28,42         | 281,18         |
| 377            | Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар,<br>смородина св./мор.)                                                                                                             | 200/15      | 10,00         | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная,<br>дрожжи, соль йодир.)                                                                                                              | 15/15       | 3,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                  | <b>801</b>  | <b>125,00</b> | <b>24,80</b>      | <b>27,45</b> | <b>101,15</b> | <b>767,11</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                  | <b>1366</b> | <b>225,00</b> | <b>44,21</b>      | <b>46,78</b> | <b>196,25</b> | <b>1325,04</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_  
 Матимов



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

Меню на "21 " ноября 2025г  
 ОВЗ. Возрастная категория с 7 до 11 лет. Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано  
 ГБОУ СО(О)ОШ № 10  
 Директор

| №<br>рецентуры | Наименование блюда                                                                                                                                            | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |                                                                                                                                                               |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                |             |               |                   |              |               |                |
| 25             | Салат Степной                                                                                                                                                 | 60          | 12,00         | 0,84              | 3,70         | 4,38          | 52,69          |
| 251            | Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо, цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод, масло раст.)                                                  | 40/50       | 33,00         | 7,88              | 7,74         | 10,59         | 109,54         |
| 305            | Рис припущенный (крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)                                                                                                     | 150         | 20,00         | 5,70              | 4,86         | 31,89         | 214,10         |
| 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          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                 | <b>550</b>  | <b>78,68</b>  | <b>18,57</b>      | <b>18,35</b> | <b>79,90</b>  | <b>544,04</b>  |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                   |             |               |                   |              |               |                |
| 49             | Салат Витаминный 2 вариант (без болгар. перца)                                                                                                                | 60          | 12,00         | 0,98              | 3,66         | 10,84         | 58,59          |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса, цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.) | 200/15/10/1 | 30,00         | 7,30              | 9,45         | 27,40         | 240,30         |
| 258            | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)                                                     | 40/160      | 54,00         | 12,75             | 11,95        | 28,06         | 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          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                 | <b>741</b>  | <b>110,17</b> | <b>24,02</b>      | <b>25,47</b> | <b>100,25</b> | <b>722,02</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                 | <b>1291</b> | <b>188,85</b> | <b>42,59</b>      | <b>43,82</b> | <b>180,15</b> | <b>1266,06</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*М.М.Мамонтова*


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


**Согласовано**  
 ГБОУ С (О) ОН № 10  
 Директор Шес

Меню на "21 " ноября 2025г

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

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                      | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |              |               |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
|                |                                                                                                                                                                                                         |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г  | ЭЦ, ккал      |
|                | <i>Обед</i>                                                                                                                                                                                             |             |               |                   |              |              |               |
| 49             | Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца))                                                                                                                                                            | 50          | 8,00          | 0,9               | 3            | 10,35        | 58            |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса<br>цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая,<br>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        |
| 258            | Мясо духовое (свинина мякоть, раст.масло,картофель,морковь,лук<br>репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)                                                                                                 | 40/160      | 54,00         | 12,75             | 11,95        | 28,06        | 271,18        |
| 377            | Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар,<br>смородина св./мор.)                                                                                                                      | 200/15      | 10,00         | 0,13              | 0,02         | 15,20        | 62,00         |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная,<br>дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                       | 15/15       | 3,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75        | 89,95         |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                           | <b>721</b>  | <b>105,00</b> | <b>23,94</b>      | <b>24,81</b> | <b>99,76</b> | <b>721,43</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Мамин


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

Меню на "21 " ноября 2025г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет(детям мобилизованных лиц)


 Согласовано  
 ГБОУ С(О)Ш М.  
 Директор \_\_\_\_\_

5 день цикл. меню

вторая смена

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                       | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |               |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|---------------|
|                |                                                                                                                                                                                                          |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал      |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                              |             |               |                   |              |               |               |
| 49             | Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца))                                                                                                                                                             | 60          | 12,00         | 0,98              | 3,66         | 10,84         | 58,59         |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса<br>цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая,<br>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        |
| 258            | Мясо духовое (свинина мякоть, раст.масло, картофель, морковь, лук<br>репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)                                                                                              | 40/160      | 54,00         | 12,75             | 11,95        | 28,06         | 271,18        |
| 377            | Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар,<br>смородина св./мор.)                                                                                                                       | 200/15      | 10,00         | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00         |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная,<br>дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                        | 25/15       | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95         |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                            | <b>741</b>  | <b>110,17</b> | <b>24,02</b>      | <b>25,47</b> | <b>100,25</b> | <b>722,02</b> |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                            | <b>741</b>  | <b>110,17</b> | <b>24,02</b>      | <b>25,47</b> | <b>100,25</b> | <b>722,02</b> |
|                | <b>Полдник</b>                                                                                                                                                                                           |             |               |                   |              |               |               |
| ПР             | Слойка с фруктовой начинкой (повидло)                                                                                                                                                                    | 100         | 30,00         | 7,00              | 3,90         | 43,50         | 240,00        |
| 376            | Чай с сахаром( чай черный, сахар)                                                                                                                                                                        | 190/15      | 7,83          | 0,10              | 0,03         | 10,01         | 40,66         |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                            | <b>305</b>  | <b>37,83</b>  | <b>9,59</b>       | <b>8,05</b>  | <b>24,80</b>  | <b>210,23</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_





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

Согласовано  
 ГБОУ СО(О)ОШ № 10  
 Директор

Меню на "21 " ноября 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        |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                 |
| 25          | Салат Степной                                                                                                                                                                                     | 60          | 12,00         | 0,84              | 3,70         | 4,38          | 52,69           |
| 251         | Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком (мясо цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод. масло раст)                                                                                        | 50/40       | 44,00         | 7,88              | 7,74         | 9,59          | 109,54          |
| 305         | Рис припущенный (крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)                                                                                                                                         | 150         | 20,00         | 5,70              | 4,86         | 31,89         | 214,10          |
| 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           |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                     | <b>570</b>  | <b>91,52</b>  | <b>20,02</b>      | <b>18,59</b> | <b>87,85</b>  | <b>587,84</b>   |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                       |             |               |                   |              |               |                 |
| 49          | Салат Витаминный 2 вариант (без болгар. перца)                                                                                                                                                    | 70          | 15,00         | 1,03              | 3,91         | 10,97         | 58,8            |
| 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          |
| 258         | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)                                                                                         | 40/160      | 54,00         | 12,75             | 11,95        | 28,06         | 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 пшенич., 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           |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                     | <b>831</b>  | <b>128,14</b> | <b>24,83</b>      | <b>26,51</b> | <b>100,79</b> | <b>757,11</b>   |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                     | <b>1401</b> | <b>219,66</b> | <b>44,85</b>      | <b>45,10</b> | <b>188,64</b> | <b>1 344,95</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*А. Метельков*



ООО "Школьное питание г.о.Жигулевск"

Директор

С.А.Кустова

Меню на "21 " ноября 2025г

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

5 день цикл. меню



Директор

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                     | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |                                                                                                                                                                                                        |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                         |             |               |                   |              |               |                 |
| 25             | Салат Степной                                                                                                                                                                                          | 60          | 12,00         | 0,84              | 3,70         | 4,38          | 52,69           |
| 251            | Грудка куриная (филе) тушеная с томатом и луком(мясо<br>цыплят, томат-паста, лук репч. соль йод. масло раст)                                                                                           | 50/40       | 44,00         | 7,88              | 7,74         | 9,59          | 109,54          |
| 305            | Рис припущенный(крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)                                                                                                                                               | 150         | 20,00         | 5,70              | 4,86         | 31,89         | 214,10          |
| 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,<br>дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                      | 30/25       | 5,52          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,9           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                          | <b>570</b>  | <b>91,52</b>  | <b>20,02</b>      | <b>18,59</b> | <b>87,85</b>  | <b>587,84</b>   |
|                |                                                                                                                                                                                                        |             |               |                   |              |               |                 |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                            |             |               |                   |              |               |                 |
| 49             | Салат Витаминный 2 вариант (без болгар. перца)                                                                                                                                                         | 70          | 15,00         | 1,03              | 3,91         | 10,97         | 58,8            |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса<br>цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая,<br>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          |
| 258            | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук<br>репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)                                                                                           | 40/160      | 54,00         | 12,75             | 11,95        | 28,06         | 271,18          |
| 377            | Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар,<br>смородина св./мор.)                                                                                                                     | 200/15      | 10,00         | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00           |
| ПР             | Булочка Ромашка(мука пшенич., 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,<br>дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                       | 15/15       | 3,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                          | <b>831</b>  | <b>128,14</b> | <b>24,83</b>      | <b>26,51</b> | <b>100,79</b> | <b>757,11</b>   |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                          | <b>1401</b> | <b>219,66</b> | <b>44,85</b>      | <b>45,10</b> | <b>188,64</b> | <b>1 344,95</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



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

Меню на "21 " ноября 2025г  
Возрастная категория с 7 до 11 лет(детям мобилизованных лиц)

Согласовано  
ГБОУ С(О)ОШ № \_\_\_\_\_  
Директор \_\_\_\_\_

5 день цикл. меню

первая смена

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                                       | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |                                                                                                                                                                                                          |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                           |             |               |                   |              |               |                |
| 25             | Салат Степной                                                                                                                                                                                            | 60          | 12,00         | 0,84              | 3,70         | 4,38          | 52,69          |
| 251            | Грудка куриная (филе )тушеная с томатом и луком(мисо<br>цыплят,томат-паста,лук репч.соль йод.масло раст)                                                                                                 | 40/50       | 33,00         | 7,88              | 7,74         | 10,59         | 109,54         |
| 305            | Рис припущенный(крупа рисовая,слив. масло, йодир.соль)                                                                                                                                                   | 150         | 20,00         | 5,70              | 4,86         | 31,89         | 214,10         |
| 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,<br>дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                        | 20/15       | 3,68          | 2,60              | 0,42         | 15,69         | 77,10          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                            | <b>550</b>  | <b>78,68</b>  | <b>18,57</b>      | <b>18,35</b> | <b>79,90</b>  | <b>544,04</b>  |
|                |                                                                                                                                                                                                          |             |               |                   |              |               |                |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                              |             |               |                   |              |               |                |
| 49             | Салат Витаминный 2 вариант (без болгар.перца))                                                                                                                                                           | 60          | 12,00         | 0,98              | 3,66         | 10,84         | 58,59          |
| 96             | Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса<br>цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая,<br>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         |
| 258            | Мясо духовое (свинина мякоть,раст.масло,картофель,морковь,лук<br>репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)                                                                                                   | 40/160      | 54,00         | 12,75             | 11,95        | 28,06         | 271,18         |
| 377            | Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар,<br>смородина с/м /мор.)                                                                                                                      | 200/15      | 10,00         | 0,13              | 0,02         | 15,20         | 62,00          |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная,<br>дрожжи, соль йодир.)                                                                                                                        | 25/15       | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                            | <b>741</b>  | <b>110,17</b> | <b>24,02</b>      | <b>25,47</b> | <b>100,25</b> | <b>722,02</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                            | <b>1291</b> | <b>188,86</b> | <b>42,59</b>      | <b>43,82</b> | <b>180,15</b> | <b>1266,06</b> |
|                |                                                                                                                                                                                                          |             |               |                   |              |               |                |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*А. Матемов*