



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



Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Ильин

Меню на "12" марта 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	185/10	37,06	10,73	11,22	35,78	256,36
ПР/ПР	Блинчики французские с фруктовым повидлом(мука пшен,сахар,мол.сыворожка,растит.масло,меланж,фруктовое повидло,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/15	35,00	7,90	7,81	29,60	161,12
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)	205/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
	Итого:	500	82,06	18,73	19,06	80,38	478,09
Обед							
50	Салат из свеклы отварной с сыром и чесноком	60	12,00	2,84	5,70	4,37	80,59
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	30,00	6,24	3,95	27,53	203,95
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	8,46	9,95	176,79
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	771	114,91	24,16	25,21	100,43	747,12
	Всего:	1271	196,97	43,09	44,27	180,81	1225,21

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Масмилова

Ответственный по питанию Кочеткова



Утверждаю
ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор ЖИГУЛЕВСК С.А.Кустова



Согласовано
ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор *Ильин*

Меню на "12" марта 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов с ОВЗ
первая смена

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	185/10	37,06	10,73	11,22	35,78	256,36
ПР/ПР	Блинчики французские с фруктовым повидлом(мука пшен,сахар,мол.сыворожка,растит.масло,меланж,фруктовое повидло,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/15	35,00	7,90	7,81	29,60	161,12
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплodн.рябина)	205/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
Итого:		500	82,06	18,73	19,06	80,38	478,09
Обед							
50	Салат из свеклы отварной с сыром и чесноком	60	12,00	2,84	5,70	4,37	80,59
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	30,00	6,24	3,95	27,53	203,95
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль, томат пюре, мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	8,46	9,95	176,79
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
Итого:		771	114,91	24,16	25,21	100,43	747,12
Всего:		1271	196,97	42,89	44,27	180,81	1225,21

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Михайлова

Ответственный по питанию

Кочеткова



ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова



ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Ильин

Меню на "12" марта 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов (средства родительской платы)

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<i>Обед</i>							
50	Салат из свеклы отварной с сыром и чесноком	60	12,00	2,84	5,70	4,37	80,59
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	30,00	6,24	3,95	27,5	203,95
295/540	Котлеты рубленные из цыплят с соусом красным ОСНОВНЫМ (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	8,46	9,95	176,79
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	771	114,91	24,16	25,21	100,43	747,12

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Маммодов

Ответственный по питанию Кочемкова



ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова



ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Ильин

Меню на "12" марта 2026 г
для обучающихся 1 -4 классов (детям мобилизованных лиц)

4 день цикл. меню

вторая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Обед							
50	Салат из свеклы отварной с сыром и чесноком	60	12,00	2,84	5,70	4,37	80,59
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	30,00	6,24	3,95	27,5	203,95
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодино соль, томат пюре мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	8,46	9,95	176,79
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	771	114,91	24,16	25,21	100,43	747,12
	Всего:	771	114,91	24,16	25,21	100,43	747,12
Полдник							
ПР	Слойка с фруктовой начинкой	100	30,00	6,50	4,00	33,50	210,00
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	190/15	9,46	0,10	0,03	10,01	40,66
	Итого:	305	39,46	6,60	4,03	43,51	250,66

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Мамин

Ответственный по питанию Козетова



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

4 день цикл. меню

Меню на "12" марта 2026 г
 для обучающихся 1-4 классов (детям мобилизованных лиц)
 первая смена

ГБОУ С (О)ОШ №



Согласовано
 Директор Ильин

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	185/10	37,06	10,73	11,22	35,78	256,36
ПР/ПР	Блинчики французские с фруктовым повидлом(мука пшен,сахар,мол.сыворожка,растит.масло,меланж,фруктовое повидло,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/15	35,00	7,90	7,81	29,60	161,12
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)	205/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
	Итого:	500	82,06	18,73	19,06	80,38	478,09
Обед							
50	Салат из свеклы отварной с сыром и чесноком	60	12,00	2,84	5,70	4,37	80,59
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит. мясо кур. зелень. йод. соль)	200/15/1	30,00	6,24	3,95	27,5	203,95
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль, томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	8,46	9,95	176,79
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	771	114,91	24,16	25,21	100,43	747,12
	Всего:	1271	196,97	42,89	44,27	180,81	1225,21

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Мамминов

Ответственный по питанию Кочеткова



ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова



ГБОУ С (О)ОШ № 10

Директор Ильин

Меню на "12 " марта 2026 г

для обучающихся 1 — 4 классов с ОВЗ

вторая смена

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Обед						
50	Салат из свеклы отварной с сыром и чесноком	60	12,00	2,84	5,70	4,37	80,59
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	30,00	6,24	3,95	27,5	203,95
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/40	38,00	8,57	8,46	9,95	176,79
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	771	114,91	24,16	25,21	100,43	747,12
	Всего:	771	114,91	24,16	25,21	100,43	747,12
	Полдник						
ПР	Слойка с фруктовой начинкой	100	30,00	6,50	4,00	33,50	210,00
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	190/15	9,46	0,10	0,03	10,01	40,66
	Итого:	305	39,46	6,60	4,03	43,51	250,66

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Мамшинов

Ответственный по питанию Кочеткова

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

Согласовано:
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Иванов

Меню на "12" марта 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов (детям мобилизованных лиц)
 4 день цикл. меню
 первая смена

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	200/10	41,00	10,90	12,32	35,90	256,96
ПР/ПР	Блинчики французские с фруктовым повидлом(мука пшен,сахар,мол.сыворожка,растит.масло,меланж,фруктовое повидло,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/20	40,00	7,90	8,05	29,70	161,15
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	30	4,46	3,08	0,32	19,92	104,80
	Итого:	570	95,46	21,98	20,72	100,52	583,52
Обед							
50	Салат из свеклы отварной с сыром и чесноком	70	13,65	3,31	6,65	5,09	94,02
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зелению (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., мясо растит. масло кур. черноплодн. йод. соль)	250/15/1	40,00	6,52	4,31	28,30	208,27
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло,	50/45	44,00	8,92	9,22	10,55	180,81
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	6,00	3,75	0,61	22,42	114,00
	Итого:	846	133,65	26,15	27,50	106,19	792,94
	Всего:	1416	229,11	48,13	48,22	206,71	1 376,46

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Маммодов

Ответственный по питанию Сафр , Саркиса Т.В.



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



Согласовано:
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Ильин

Меню на "12" марта 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов (детям из многодетных семей)

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	200/10	41,00	10,90	12,32	35,90	256,96
ПР/ПР	Блинчики французские с фруктовым повидлом(мука пшен,сахар,мол.сыворотка,растит.масло,меланж,фруктовое повидло,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/20	40,00	7,90	8,05	29,70	161,15
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплодн.рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	30	4,46	3,08	0,32	19,92	104,80
	Итого:	570	95,46	21,98	20,72	100,52	583,52
Обед							
50	Салат из свеклы отварной с сыром и чесноком	70	13,65	3,31	6,65	5,09	94,02
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	250/15/1	40,00	6,52	4,31	28,30	208,27
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/45	44,00	8,92	9,22	10,55	180,81
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	6,00	3,75	0,61	22,42	114,00
	Итого:	846	133,65	26,15	27,50	106,19	792,94
	Всего:	1416	229,11	48,13	48,22	206,71	1 376,46

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Мещерякова

Ответственный по питанию Сафеев, Сафеева Т.В.



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



Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 10
 Директор Ильин

Меню на "12" марта 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

4 день цикл. меню

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено,молоко,яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар,соль йодир.)	200/10	41,00	10,90	16,32	35,90	256,16
ПР/ПР	Блинчики французские с фруктовым повидлом(мука пшен,сахар,мол.сыворотка,растит.масло,меланж,фруктовое повидло,соль йодир.,лим.кислота,разрыхлитель)	70/20	40,00	7,90	7,05	29,70	161,05
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплodн.рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир.соль)	30	4,46	3,08	0,32	19,92	104,80
	Итого:	570	95,46	21,98	23,72	100,52	582,62
Обед							
50	Салат из свеклы отварной с сыром и чесноком	70	13,65	3,31	6,65	5,09	94,02
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль.)	250/15/1	40,00	6,52	4,31	28,30	208,27
295/540	Котлеты рубленые из цыплят с соусом красным основным (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль,томат.пюре,мука пшеничная)	50/45	44,00	8,92	9,22	10,55	180,81
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	6,00	3,75	0,61	22,42	114
	Итого:	846	133,65	26,15	27,50	106,19	792,94
	Всего:	1416	229,11	48,13	51,22	206,71	1375,56

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Машинкова

Ответственный по питанию

Саф, Лариса Т.В.