

Утверждаю

ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

ГБОУ СО (О)ОШ № 10

Согласовано

Директор

Меню на "17" марта 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов

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.)	165/10	30,00	4,50	10,98	26,43	223,14
ПР/ПР	Сырники творожные со сгущенным молоком (творог, яйцо, сахар, масло растительное, молоко сгущенное)	50/15	35,50	10,49	8,02	17,91	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	6,56	3,80	0,72	25,66	130,62
	Итого:	500	82,06	18,89	19,75	80,01	514,02
Обед							
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	30,00	8,36	7,59	27,19	196,98
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	46,00	9,21	9,97	10,19	176,79
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	160	20,00	3,61	6,61	21,40	227,18
389	Сок фруктовый	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
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	24,69	25,30	100,13	782,90
	Всего:	1206	196,97	43,58	45,05	180,14	1296,92

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Максимов

Кочеткова

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

7 день цикл. меню (молочный белок)

Меню на "17" марта 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

Согласовано
 Директор Ильин
 ГБОУ СО (О) ОШ № 10
 Самарской области

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом растительным на воде (крупа пшено, масло растит. соль йодир.)	165/10	43,00	14,23	10,81	24,79	213,96
ПР	Десерт фруктовый (яблоко)	100	23,00	0,40	0,40	9,80	47,00
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	6,06	3,80	0,72	25,66	130,62
	Итого:	500	82,06	18,53	11,96	70,26	432,24
Обед							
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	30,00	8,36	7,59	27,19	196,98
98.06/540	Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом красным основным (филе цыпленка, филе минтая, морковь, лук репч., хлеб пшен., раст. масло, томатное пюре, мука пшен.)	50/40	46,00	9,66	10,45	10,43	176,79
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло растительное)	160	20,00	3,61	6,61	21,40	227,18
389	Сок фруктовый	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
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	24,69	25,30	100,37	782,90
	Всего:	1206	196,97	43,22	37,26	170,63	1215,14

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Мещеряков

Кочетков С.А.

Утверждаю
 ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Меню на "17" марта 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов



Согласовано

ГБОУ СОУ (О)ОШ № 10

Директор Ильин

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.)	200/10	40,00	5,05	11,32	29,65	241,34
ПР/ПР	Сырники творожные со сгущенным молоком (творог, яйцо, сахар, масло растительное., молоко сгущенное)	50/20	38,46	11,21	8,87	20,34	120,37
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	205/15	10,00	0,10	0,03	10,01	40,66
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	50	7,00	4,80	0,72	27,66	136,32
Итого:		550	95,46	21,16	20,94	87,66	538,69
Обед							
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло, укроп зелень, йодир. соль)	250/15/1	40,00	9,18	8,61	27,94	206,44
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)	50/50	51,00	9,66	10,60	11,60	180,81
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	165	20,00	4,04	6,73	21,85	228,40
389	Сок фруктовый	210	15,65	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/30	7,00	4,26	0,75	28,35	137,37
Итого:		801	133,65	27,34	26,95	112,34	845,02
Всего:		1351	229,11	48,50	47,89	200,00	1 383,71

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Иванов И.И.
Александров. по мет. Запр. Шаршено Г.В.