

Утверждаю  
 ООО "Школьное питание г.о.Жигулевск"  
 Директор С.А.Кустова  
 3 день цикл. меню(куриное яйцо)

Меню на " 30 " сентября 2026 г.  
 для обучающихся 5 — 11 классов

Согласовано  
 ГБОУ С(О)ОШ № 10  
 Директор

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                              | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                                                                 |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                  |             |               |                   |              |               |                |
| 71          | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                                                                                                | 60          | 12,00         | 0,66              | 0,12         | 2,28          | 14,40          |
| 251         | Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, томат-паста, лук репч. соль йод, масло раст)                                                                                 | 45/50       | 47,00         | 11,98             | 12,74        | 21,60         | 151,60         |
| 302         | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)                                                                                                | 160         | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 21,40         | 227,18         |
| 388         | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                                                         | 180         | 10,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                  | 30/25       | 6,46          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,9          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                   | <b>550</b>  | <b>95,46</b>  | <b>20,30</b>      | <b>20,13</b> | <b>89,88</b>  | <b>593,88</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                     |             |               |                   |              |               |                |
| 102         | Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущенный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль) | 250/15/1    | 40,00         | 9,4               | 9,06         | 20,39         | 236,51         |
| 321         | Бигус (капуста тушеная с мясными изделиями) (капуста б/к, лук репчатый, морковь, мясные изделия, масло слив. 72,5%, сахар, соль йодир., том. паста, кислота лим.)               | 200/25      | 61,00         | 9,75              | 14,25        | 16,06         | 271,18         |
| ПР          | Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)                                                                                                   | 40          | 10,00         | 3,36              | 3,48         | 23,68         | 139,24         |
| ПР          | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                    | 210         | 15,65         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                  | 30/30       | 7,00          | 4,26              | 0,75         | 28,35         | 137,37         |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                   | <b>801</b>  | <b>133,65</b> | <b>26,80</b>      | <b>27,54</b> | <b>103,48</b> | <b>844,30</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                   | <b>1351</b> | <b>229,11</b> | <b>47,10</b>      | <b>47,67</b> | <b>193,36</b> | <b>1438,18</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Максимов И.В. / 15.09.26

Ответственный по питанию

Сарикова / Сафр / 15.09.26

Ф.И.О. подпись дата получения

Ф.И.О. подпись дата получения

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

Согласовано  
 ГБОУ СО(О)ОШ № 10  
 Директор

Меню на " 30 " сентября 2026 г.  
 для обучающихся 5 — 11 классов

3 день цикл. меню (молочный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                             | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                                                                |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                |
| 71          | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                                                                                               | 60          | 12,00         | 0,66              | 0,12         | 2,28          | 14,40          |
| 251         | Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, томат-паста, лук репч., соль йод. масло раст.)                                                                              | 45/50       | 47,00         | 11,98             | 12,74        | 21,60         | 151,60         |
| 302         | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло растит. )                                                                                                | 160         | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 21,40         | 227,18         |
| 388         | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                                                        | 180         | 10,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                 | 30/25       | 6,46          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,9          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                  | <b>550</b>  | <b>95,46</b>  | <b>20,30</b>      | <b>20,13</b> | <b>89,88</b>  | <b>593,88</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                |
| 102         | Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. Соль) | 250/15/1    | 40,00         | 9,4               | 9,06         | 20,39         | 236,51         |
| 321         | Бигус (капуста тушеная с мясными изделиями) (капуста б/к, лук репчатый, морковь, мясные изделия, масло растит., сахар, соль йодир., том. паста, кислота лим.)                  | 200/25      | 61,00         | 9,75              | 14,25        | 16,06         | 271,18         |
| ПР          | Булочка Ромашка (мука пшенич., раст. масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)                                                                                                  | 40          | 10,00         | 3,36              | 3,48         | 23,68         | 139,24         |
| ПР          | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                   | 210         | 15,65         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                 | 30/30       | 7,00          | 4,26              | 0,75         | 28,35         | 137,37         |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                  | <b>801</b>  | <b>133,65</b> | <b>26,80</b>      | <b>27,54</b> | <b>103,48</b> | <b>844,30</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                  | <b>1351</b> | <b>229,11</b> | <b>47,10</b>      | <b>47,67</b> | <b>193,36</b> | <b>1438,18</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ф.И.О.

подпись

дата получения

Ответственный по питанию

Ф.И.О.

подпись

дата получения

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

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

Меню на " 30 " сентября 2026 г.  
 для обучающихся 1 — 4 классов

3 день цикл. меню(молочный белок)

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                             | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |                                                                                                                                                                                |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|                | <i>Завтрак</i>                                                                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                 |
| 71             | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                                                                                               | 60          | 12,00         | 0,66              | 0,12         | 2,28          | 14,40           |
| 251            | Свинина тушеная с томатом и луком(мякоть свинины,томат-паста,лук репч. соль йод.масло раст)                                                                                    | 40/50       | 36,00         | 11,98             | 12,53        | 21,20         | 151,45          |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая с растит.маслом (крупа гречневая,соль йодированная,масло растит. )                                                                                  | 150         | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 21,40         | 227,18          |
| 388            | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                                                        | 180         | 10,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80           |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                  | 20/15       | 4,06          | 2,60              | 0,42         | 15,69         | 77,10           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                  | <b>515</b>  | <b>82,06</b>  | <b>18,85</b>      | <b>19,68</b> | <b>80,53</b>  | <b>549,93</b>   |
|                | <i>Обед</i>                                                                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                 |
| 102            | Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. Соль) | 200/15/1    | 30,00         | 8,82              | 8,95         | 16,03         | 230,33          |
| 321            | Бигус (капуста тушеная с мясными изделиями) (капуста б/к,лук репчатый,морковь,мясные изделия,масло растит.,сахар,соль йодир.,том.паста,кислота лим.)                           | 180/25      | 56,00         | 9,75              | 12,25        | 27,06         | 271,18          |
| ПР             | Булочка Ромашка(мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)                                                                                                   | 40          | 10,00         | 3,36              | 3,48         | 23,68         | 139,24          |
| ПР             | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                   | 200         | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00           |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                 | 25/15       | 4,91          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                  | <b>701</b>  | <b>114,91</b> | <b>24,79</b>      | <b>25,07</b> | <b>100,52</b> | <b>790,70</b>   |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                  | <b>1216</b> | <b>196,97</b> | <b>43,64</b>      | <b>44,75</b> | <b>181,05</b> | <b>1 340,63</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Ф.И.О.

подпись

дата получения

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_

Ф.И.О.

подпись

дата получения

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

Меню на " 30 " сентября 2026 г.  
для обучающихся 1 — 4 классов

Согласовано  
10  
Директор Или  
Химический состав

3 день цикл. меню (пелиакция)

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                             | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |                                                                                                                                                                                |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                 |
| 71             | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                                                                                               | 75          | 16,06         | 0,66              | 0,12         | 2,28          | 14,40           |
| 251            | Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, томат-паста, лук репч. соль йод, масло раст)                                                                                | 40/50       | 36,00         | 11,98             | 12,53        | 21,20         | 151,45          |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)                                                                                               | 155         | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 21,40         | 227,18          |
| 388            | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                                                        | 180         | 10,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                  | <b>500</b>  | <b>82,06</b>  | <b>16,25</b>      | <b>19,26</b> | <b>64,84</b>  | <b>472,83</b>   |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                 |
| 102            | Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/1    | 30,00         | 8,82              | 8,95         | 16,03         | 230,33          |
| 321            | Бигус (капуста тушеная с мясными изделиями) (капуста б/к, лук репчатый, морковь, мясные изделия, масло слив. 72,5%, сахар, соль йодир., том. паста, кислота лим.)              | 200/35      | 70,91         | 9,75              | 12,25        | 27,06         | 271,18          |
| ПР             | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                   | 220         | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                  | <b>701</b>  | <b>114,91</b> | <b>18,57</b>      | <b>21,20</b> | <b>58,09</b>  | <b>561,51</b>   |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                  | <b>1201</b> | <b>196,97</b> | <b>34,82</b>      | <b>40,46</b> | <b>122,93</b> | <b>1 034,34</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ф.И.О.

подпись

дата получения

Ответственный по питанию

Ф.И.О.

подпись

дата получения

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

Меню на " 30 " сентября 2026 г.  
 для обучающихся 1 — 4 классов

3 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                             | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |                                                                                                                                                                                |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|                | <i>Завтрак</i>                                                                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                 |
| 71             | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                                                                                               | 60          | 12,00         | 0,66              | 0,12         | 2,28          | 14,40           |
| 251            | Свинина тушеная с томатом и луком(мякоть свинины,томат-паста,лук репч.,соль йод.масло раст)                                                                                    | 40/50       | 36,00         | 11,98             | 12,53        | 21,20         | 151,45          |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль йодированная,масло сливочное )                                                                                                | 150         | 20,00         | 3,61              | 6,61         | 21,40         | 227,18          |
| 388            | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                                                        | 180         | 10,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80           |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                  | 20/15       | 4,06          | 2,60              | 0,42         | 15,69         | 77,10           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                  | <b>515</b>  | <b>82,06</b>  | <b>18,85</b>      | <b>19,68</b> | <b>80,53</b>  | <b>549,93</b>   |
|                | <i>Обед</i>                                                                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                 |
| 102            | Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль) | 200/15/1    | 30,00         | 8,82              | 8,95         | 16,03         | 230,33          |
| 321            | Бигус (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      | 56,00         | 9,75              | 12,25        | 27,06         | 271,18          |
| ПР             | Булочка Ромашка(мука пшенич., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)                                                                                                    | 40          | 10,00         | 3,36              | 3,48         | 23,68         | 139,24          |
| ПР             | Витаминный напиток «Витошка»                                                                                                                                                   | 200         | 14,00         | 0,00              | 0,00         | 15,00         | 60,00           |
| ПР             | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                 | 25/15       | 4,91          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95           |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                  | <b>701</b>  | <b>114,91</b> | <b>24,79</b>      | <b>25,07</b> | <b>100,52</b> | <b>790,70</b>   |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                  | <b>1216</b> | <b>196,97</b> | <b>43,64</b>      | <b>44,75</b> | <b>181,05</b> | <b>1 340,63</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Ф.И.О.

подпись

дата получения

Ответственный по питанию

Ф.И.О.

подпись

дата получения

Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ №

Директор