

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

Меню на "13 " октября 2025г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
 ГБОУ С (О)ОШ № 1  
 Директор А.В. [подпись]

1 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                     | Выход, г   | Цена, руб    | Химический состав |              |              |               |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
|             |                                                                                                                                        |            |              | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г  | ЭЦ, ккал      |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                         |            |              |                   |              |              |               |
| 49          | Салат Витаминный с кукурузой (капуста б/к, перец сладкий, кукуруза конс., соль йодир., масло раст.)                                    | 60         | 12,00        | 1,82              | 4,22         | 12,16        | 94,25         |
| 243/540     | Мясные изделия с соусом красным основным (мяс. изделия, лук репчатый, морковь, соль, томатное пюре, мало растительное, мука пшеничная) | 55/35      | 33,00        | 8,72              | 11,27        | 12,39        | 124,30        |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)                                                    | 150        | 20,00        | 5,80              | 5,01         | 31,05        | 192,46        |
| 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.)                                                         | 20/15      | 3,68         | 2,60              | 0,42         | 15,69        | 77,10         |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                          | <b>550</b> | <b>78,68</b> | <b>19,04</b>      | <b>20,95</b> | <b>81,30</b> | <b>528,77</b> |
|             |                                                                                                                                        |            |              |                   |              |              |               |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.И. Мирошников



Утверждаю  
ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

Меню на "13 " октября 2025г  
Возрастная категория с 12 лет и старше

Согласовано  
ГБОУ С (О)ОШ №

Директор

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                     | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|             |                                                                                                                                                                                        |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                         |             |               |                   |              |               |                |
| 49          | Салат Витаминный с кукурузой(капуста б/к,перец сладкий,кукуруза конс.,соль йодир.,масло раст.)                                                                                         | 60          | 12,00         | 1,82              | 4,22         | 12,16         | 94,25          |
| 243/540     | Мясные изделия с соусом красным основным( мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная")                                                     | 55/40       | 46,00         | 9,97              | 11,68        | 12,99         | 138,81         |
| 309         | Макаронные изделия отварные (макаронм из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)                                                                                                        | 170         | 27,00         | 5,80              | 5,01         | 37,05         | 216,72         |
| 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       | 5,00          | 3,75              | 0,61         | 22,42         | 110,4          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                          | <b>590</b>  | <b>100,00</b> | <b>21,44</b>      | <b>21,55</b> | <b>94,63</b>  | <b>600,84</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                            |             |               |                   |              |               |                |
| 71          | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                                                                                                       | 60          | 12,00         | 0,66              | 0,12         | 2,28          | 14,40          |
| 99          | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью(б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр лист) | 250/15/10/1 | 40,00         | 7,44              | 13,42        | 19,81         | 176,32         |
| 265         | Плов из свинины(свинина мякоть, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)                                                                                        | 40/190      | 58,00         | 16,84             | 13,13        | 48,17         | 381,28         |
| 388         | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                                                                | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80          |
| 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>801</b>  | <b>125,00</b> | <b>28,00</b>      | <b>27,32</b> | <b>108,99</b> | <b>822,35</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                          | <b>1391</b> | <b>225,00</b> | <b>49,44</b>      | <b>48,87</b> | <b>203,62</b> | <b>1423,19</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*Ильин* / *Ильин*



ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А. Кустова

ГБОУ С (О)ОШ № 1

Директор [Signature]

Согласовано

Меню на "13 " октября 2025г

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

1 день цикл. меню

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                      | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|                |                                                                                                                                                                                         |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|                | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                          |             |               |                   |              |               |                |
| 49             | Салат Витаминный с кукурузой(капуста б/к,перец сладкий,кукуруза конс.,соль йодир.,масло раст.)                                                                                          | 60          | 12,00         | 1,82              | 4,22         | 12,16         | 94,25          |
| 243/540        | мясные изделия с соусом красным основным( мяс.изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало                                                                                     | 55/35       | 33,00         | 8,72              | 11,27        | 12,39         | 124,30         |
| 309            | Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)                                                                                                         | 150         | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 31,05         | 192,46         |
| 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.)                                                                                                           | 20/15       | 3,68          | 2,60              | 0,42         | 15,69         | 77,10          |
|                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                           | <b>550</b>  | <b>78,68</b>  | <b>19,04</b>      | <b>20,95</b> | <b>81,30</b>  | <b>528,77</b>  |
|                | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                             |             |               |                   |              |               |                |
| 71             | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                                                                                                        | 60          | 12,00         | 0,66              | 0,12         | 2,28          | 14,40          |
| 99             | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью(б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр лист) | 200/15/10/1 | 30,00         | 6,80              | 11,58        | 19,50         | 174,67         |
| 265            | Плов из свинины(свинина мякоть, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)                                                                                         | 40/170      | 52,00         | 16,57             | 12,89        | 45,49         | 364,63         |
| 388            | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                                                                 | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80          |
| 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>736</b>  | <b>110,17</b> | <b>26,23</b>      | <b>24,86</b> | <b>103,70</b> | <b>723,64</b>  |
|                | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                           | <b>1286</b> | <b>188,85</b> | <b>45,27</b>      | <b>45,81</b> | <b>185,00</b> | <b>1252,41</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

[Signature]

Утверждаю

ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А. Кустова



Согласовано

ГБОУ С (О)ОШ №

Директор



Меню на "13 " октября 2025г

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

1 день цикл. меню

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                                         | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |              |               |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
|             |                                                                                                                                                                                            |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г  | ЭЦ, ккал      |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                |             |               |                   |              |              |               |
| 71          | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                                                                                                           | 60          | 12,00         | 0,66              | 0,12         | 2,28         | 14,40         |
| 99          | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр лист) | 200/15/10/1 | 30,00         | 6,80              | 11,58        | 19,50        | 174,67        |
| 265         | Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)                                                                                          | 40/160      | 48,00         | 16,29             | 12,35        | 42,78        | 347,82        |
| 388         | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                                                                    | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96        | 79,80         |
| 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>716</b>  | <b>105,00</b> | <b>25,95</b>      | <b>24,32</b> | <b>19,81</b> | <b>692,24</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Кирилова И.В.

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

Согласовано:  
 ГБОУ С (О)ОШ №                       
 Директор                     

Меню на "13 " октября 2025г  
 Возрастная категория с 12 лет и старше (детям из многодетных семей)

1 день цикл меню

| № рецептур | Наименование блюда                                                                                                                                                                     | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|            |                                                                                                                                                                                        |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|            | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                         |             |               |                   |              |               |                 |
| 49         | Салат Витаминный с кукурузой(капуста б/к,перец сладкий,кукуруза конс.,соль йодир ,масло раст.)                                                                                         | 60          | 12,00         | 1,82              | 4,22         | 12,16         | 94,25           |
| 243/540    | Мясные изделия с соусом красным основным( мяс изделия, лук репчатый,морковь,соль,томатное пюре,мало растительное, мука пшеничная")                                                     | 55/40       | 44,00         | 8,94              | 11,66        | 12,57         | 136,4           |
| 309        | Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)                                                                                                        | 150         | 20,00         | 5,80              | 5,01         | 31,05         | 192,46          |
| 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.)                                                                                                          | 30/25       | 5,52          | 4,05              | 0,66         | 24,64         | 120,9           |
|            | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                          | <b>575</b>  | <b>91,52</b>  | <b>20,71</b>      | <b>21,58</b> | <b>96,43</b>  | <b>608,93</b>   |
|            | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                            |             |               |                   |              |               |                 |
| 71         | Овощи свежие порционно (помидор)                                                                                                                                                       | 60          | 12,00         | 0,66              | 0,12         | 2,28          | 14,40           |
| 99         | Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью(б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист) | 250/15/10/1 | 40,00         | 7,44              | 13,42        | 19,81         | 176,32          |
| 265        | Плов из свинины(свинина мякоть, крупа рис , лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)                                                                                        | 40/180      | 55,00         | 16,84             | 13,13        | 48,17         | 381,28          |
| 388        | Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)                                                                                                                | 200         | 12,00         | 0,00              | 0,00         | 19,96         | 79,80           |
| ПР         | Булочка Ромашка (мука пшеничн., раст.масло, дрожжи, соль йодированная, сахар)                                                                                                          | 40          | 6,14          | 3,36              | 3,48         | 23,68         | 139,24          |
| ПР         | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                                          | 15/15       | 3,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95           |
|            | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                          | <b>806</b>  | <b>128,14</b> | <b>30,50</b>      | <b>30,42</b> | <b>130,37</b> | <b>866,59</b>   |
|            | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                          | <b>1381</b> | <b>219,66</b> | <b>51,21</b>      | <b>52,00</b> | <b>226,80</b> | <b>1 475,52</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



Утверждаю:  
 ООО «Школьное питание»  
 Директор \_\_\_\_\_  
 «ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ С.А.»  
 «Городского округа  
 Жигулевск»  
 1 день цикл меню

|             |       |
|-------------|-------|
| № рецептуры | _____ |
|-------------|-------|

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

**первая смена**

## 1 день цикл меню

**Продукты не содержат ГМО**

Куп / Купонное поле