



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

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



Согласовано

ГБОУ СОШ № 7

Директор

5 день цикл. меню (аллергия на куриный белок)

рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
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
	Итого:	550	78,68	18,57	18,35	79,90	544,04
	Обед						
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, 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 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
	Итого:	741	110,17	24,02	25,47	100,25	722,02
	Всего:	1291	188,85	42,59	43,82	180,15	1266,06

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Дебеляева А.А.



5 день цикл. меню(аллергия на куриный белок)

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



Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Шульц / Шульцова Н. А.



5 день цикл. меню(молочный белок)

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



ГБОУ С (О)ОШ.М

Директор

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Страница 1



Утверждаю

ООО «Школьное питание г.о.Жигулевск»

Директор С.А.Кустова

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

5 день цикла меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
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	48,00	11,97	14,11	8,54	209,03
305	Рис припущенный (крупа рисовая, слив. масло, йодир. соль)	170	27,00	6,19	5,50	44,08	242,64
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.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	550	100,00	22,13	23,69	87,33	661,06
	Обед						
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	8,24	20,6	195,01
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)	40/170	57,00	17,72	12,89	31,06	271,47
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.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	821	125,00	29,80	25,45	96,58	677,23
	Всего:	1371	225,00	51,93	49,14	183,91	1338,29

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



Согласовано

ГБОУ СОШ № 7

Директор



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

5 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

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



Согласовано

ГБОУ СОШ № 7

Директор

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
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
	Итого:	550	78,68	18,57	18,35	79,90	544,04
	Обед						
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 цыплят, сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, 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 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
	Итого:	741	110,17	24,02	25,47	100,25	722,02
	Всего:	1291	188,85	42,59	43,82	180,15	1266,06

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Федорова - Лебедева



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



Согласовано

ГБОУ СОШ № 7

Директор

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

5 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
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	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, дрожжи, соль йодир.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	565	100,00	19,41	19,33	95,10	557,93
	Обед						
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.)	40/170	57,00	12,72	12,89	28,42	281,18
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.)	15/15	3,00	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	801	125,00	24,80	27,45	101,15	767,11
	Всего:	1366	225,00	44,21	46,78	196,25	1325,04

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством