

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

5 день цикл меню (молочный белок)

Меню на " 04" сентября 2026 г.  
 для обучающихся 1 — 4 классов

Согласовано  
 ГБОУ СОШ № \_\_\_\_\_  
 Директор \_\_\_\_\_

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                                                                             | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|             |                                                                                                                                                                                |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                 |             |               |                   |              |               |                 |
| 18          | Салат зеленый (капуста б/к с огурцами)                                                                                                                                         | 60          | 12,00         | 1                 | 6,07         | 7,75          | 90,1            |
| 258         | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)                                                                      | 40/165      | 54,00         | 14,88             | 13,18        | 36,93         | 257,26          |
| 349         | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)                                                                                                         | 200         | 12,00         | 0,20              | 0,26         | 19,98         | 79,87           |
| 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>500</b>  | <b>82,06</b>  | <b>18,68</b>      | <b>19,93</b> | <b>80,35</b>  | <b>504,33</b>   |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                 |
| ПР          | Икра кабачковая                                                                                                                                                                | 60          | 12,00         | 0,00              | 4,20         | 4,20          | 54,00           |
| 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, йодир. соль, лавр. лист) | 200/15/10/1 | 30,00         | 6,90              | 9,58         | 15,80         | 174,67          |
| 295/540     | Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, вода, пшен. сухари, раст. масло, йодир. соль, томат. пюре, мука пшеничная)                             | 50/40       | 38,00         | 8,57              | 6,46         | 12,45         | 176,79          |
| 171         | Каша перловая рассыпчатая с растит. маслом с овощами (крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло растительное, сливочное, соль йодир.)                                       | 150         | 20,00         | 5,88              | 4,85         | 39,42         | 233,94          |
| 377         | Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)                                                                                                                      | 200/15      | 10,00         | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 62,99           |
| 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>781</b>  | <b>114,91</b> | <b>24,37</b>      | <b>25,51</b> | <b>100,84</b> | <b>792,34</b>   |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                  | <b>1281</b> | <b>196,97</b> | <b>43,05</b>      | <b>45,44</b> | <b>181,19</b> | <b>1 296,67</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_

Коваленко / Коваленко

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

Меню на " 04" сентября 2026 г.  
 для обучающихся 5 — 11 классов



5 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>                                                                                                                                                            |             |               |                   |              |               |                |
| 18          | Салат зеленый (капуста б/к с огурцами)                                                                                                                                    | 60          | 12,00         | 1                 | 6,07         | 7,75          | 90,1           |
| 258         | Мясо духовое(свинина мякоть, раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)                                                                      | 50/185      | 65,00         | 15,20             | 14,31        | 37,60         | 308,90         |
| 349         | Компот из смеси сухофруктов ( смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)                                                                                                   | 200         | 12,00         | 0,20              | 0,26         | 19,98         | 79,87          |
| 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>20,45</b>      | <b>21,30</b> | <b>89,97</b>  | <b>599,77</b>  |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                                                                               |             |               |                   |              |               |                |
| ПР          | Икра кабачковая                                                                                                                                                           | 60          | 12,00         | 0,00              | 4,20         | 4,20          | 54,00          |
| 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, йодир. соль, лавр.лист) | 250/15/10/1 | 40,00         | 8,44              | 10,42        | 19,81         | 186,32         |
| 295/540     | Котлеты рубленые с соусом красным основным (грудка куриная, пшен. хлеб, вода, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль, томат.пюре, мука пшеничная)                           | 50/45       | 47,00         | 9,07              | 7,22         | 12,55         | 180,81         |
| 171         | Каша перловая рассыпчатая с растит.маслом с овощами (крупка перловая, морковь, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, йодир.)                           | 150         | 20,00         | 5,88              | 4,85         | 39,42         | 233,94         |
| 377         | Чай с апельсином с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)                                                                                                                 | 205/15      | 10,65         | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 62,99          |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                                                             | 15/15       | 4,00          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                             | <b>836</b>  | <b>133,65</b> | <b>26,41</b>      | <b>27,11</b> | <b>104,95</b> | <b>808,01</b>  |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                             | <b>1386</b> | <b>229,11</b> | <b>46,86</b>      | <b>48,41</b> | <b>194,92</b> | <b>1407,78</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Смирнова Н.А. Ответственный по питанию Мамин / Мамурзов О.В.