



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

Меню на "12 " января 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов



1 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						
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца))	60	12,00	0,98	3,66	10,84	58,59
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/25	36,00	8,68	8,27	14,64	111,81
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшеч.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	32,05	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	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	82,06	18,16	17,39	83,23	480,62
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
99	Суп овощной на бульоне с зеленью(б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь,зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	200/15/10/1	30,00	6,80	9,58	15,57	174,67
265	Плов из свинины(свинина мякоть, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	40/170	56,00	13,58	11,89	41,49	364,75
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	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	736	114,91	23,93	27,91	107,93	781,62
	Всего:	1286	196,97	42,09	45,30	191,16	1262,24

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.В.Возмачев

Утверждаю
 ООО «Школьное питание г.б.Жигулевск»
 «ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»
 Директор «ОДСКОГО ОКРУГА ЖИГУЛЕВСКОГО РАЙОНА» С.А.Кустова

Меню на "12 " января 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 7
 Директор

1 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						
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца))	80	14,00	0,98	3,66	10,84	58,59
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/40	50,00	10,05	8,71	15,10	111,95
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	170	30,00	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	6,00	4,3	0,7	22,55	114,00
	Итого:	590	110,00	21,23	18,11	95,55	541,92
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
99	Суп овощной на бульоне с зеленью(б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь,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/15	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный / Сыр порционнно	15/15/10	15,50	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	801	137,50	27,83	32,99	118,85	799,80
	Всего:	1391	247,50	49,06	51,10	214,40	1341,72

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.А.Кустова / *В.И.Михайлова*


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

Меню на "12 " января 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов


 Согласовано
 Директор Галин

1 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг. перца)	60	12,00	0,98	3,66	10,84	58,59
ПР/540	Тефтели из индейки с соусом красным основным (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. Пюре, мука пшенич., йодир. соль)	65/25	36,00	8,68	8,27	14,64	111,81
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	5,80	5,01	32,05	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	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	82,06	18,16	17,39	83,23	480,62
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
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	6,80	9,58	15,57	174,67
265	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	40/170	56,00	13,58	11,89	41,49	364,75
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	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	736	114,91	24,08	25,56	100,15	761,86
	Всего:	1286	196,97	42,24	42,95	183,38	1242,48

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Девятая Н.А.

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

Меню на "12 " января 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

Согласовано
 ГБОУ СОШ № 4
 Директор [подпись]

1 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав *			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца)	80	14,00	0,98	3,66	10,84	58,59
ПР/540	Тефтели из индейки с соусом красным основным (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. Пюре, мука пшенич., йодир. соль)	65/40	50,00	10,05	8,71	15,10	111,95
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	170	30,00	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	6,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	Итого:	590	110,00	20,68	18,02	95,42	538,32
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
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	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/15	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный / Сыр порционн	15/15/10	15,50	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	801	137,50	27,98	30,64	111,07	780,04
	Всего:	1391	247,50	48,66	48,66	206,49	1318,36

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

[подпись] / Миникова М.А.



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

Меню на "12 " января 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов



1 день цикл. меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца))	60	12,00	0,98	3,66	10,84	58,59
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/25	36,00	8,68	8,27	14,64	111,81
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	32,05	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	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	82,06	18,16	17,39	83,23	480,62
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
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	9,58	15,57	174,67
265	Плов из свинины(свинина мякоть, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	40/170	56,00	13,58	11,89	41,49	364,75
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	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	736	114,91	24,08	25,56	100,15	761,86
	Всего:	1286	196,97	42,24	42,95	183,38	1242,48

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Дебзтаева Л.А.

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

Согласовано
 ГБОУ С(О)ОШ № 1
 Директор М.А.Михайлова

Меню на "12" января 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

1 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца))	80	14,00	0,98	3,66	10,84	58,59
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур.,соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/40	50,00	10,05	8,71	15,10	111,95
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	170	30,00	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	6,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	Итого:	590	110,00	20,68	18,02	95,42	538,32
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
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/15	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный / Сыр порционно	15/15/10	15,50	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	801	137,50	27,98	30,64	111,07	780,04
	Всего:	1391	247,50	48,66	48,66	206,49	1318,36

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М.А.Михайлова 1 М.А.Михайлова