

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

Меню на "16" января 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

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						
67	Винегрет овощной с зел.горошком	60	12,00	0,87	6,1	5,59	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репчатый, томатн.паста, масло растит., йодирован. соль)	35/55	36,00	10,44	5,83	19,90	151,45
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
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	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	82,06	18,74	19,58	80,59	525,76
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
96	Рассольник "Ленинградский" вегетарианский со сметаной, зеленью (картофель ш/ф., крупа перловая, огурцы консервир., морк., лук репч., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. Соль)	200/15/10/1	30,00	7,30	9,45	27,40	240,30
321	Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к, лук репчатый, морковь, мясные изделия, масло слив. 72,5%, сахар, соль йодир., том.паста, кислота лим.)	150/25	58,00	12,75	9,95	27,06	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	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	716	114,91	23,73	25,86	100,57	735,88
	Всего:	1266	196,97	42,47	45,44	181,16	1261,64

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Девятаяева, Девятаяева, АА



Меню на "16" января 2026 г
для обучающихся 5 — 11 классов

рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
67	Винегрет овощной с зел.горошком	70	15,00	0,87	6,1	5,59	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репчатый, томатн.паста,масло растит.,йодирован.соль)	50/40	57,00	13,87	7,83	23,60	166,34
312	Картофельное пюре (картофель,молоко 2,5%,слив.масло 72%,йодир.соль)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
378	Чай с молоком с сахаром (чай черный, молоко, сахар)	220/15	12,00	1,55	1,63	17,35	90,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	6,00	4,3	0,7	22,55	114,00
	Итого:	595	110,00	19,41	19,33	95,10	557,93
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	70	15,00	0,69	6,05	12,16	72,45
96	Рассольник "Ленинградский" вегетарианский со сметаной, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы.консервир., морк., лук репч., сметана 15 %, укроп зелень, йодир. Соль)	250/15/10/1	40,00	8,06	10,24	27,81	275,18
321	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	66,00	12,72	10,89	28,42	281,18
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	205/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/30	6,50	4,26	0,75	28,35	137,37
	Итого:	831	137,50	25,86	27,95	111,94	828,18
	Всего:	1426	247,50	45,27	47,28	207,04	1386,11

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Михайлова Н.А.


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

Меню на "16 " января 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

ГБОУ С (О)ОШ № 7
 Директор С.А.Кустова
 Согласовано

5 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
67	Винегрет овощной с зел.горошком	60	12,00	0,87	6,1	5,59	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репчатый, томатн.паста, масло растит., йодирован. соль)	35/55	36,00	10,44	5,83	19,90	151,45
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
378	Чай с сахаром (чай черный, 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	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	82,06	18,74	19,58	80,59	525,76
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
96	Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы.консервир., морк., лук репч., мясо кур., укроп зелень, йодир. Соль)	200/15/10/1	30,00	7,30	9,45	27,40	240,30
321	Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к, лук репчатый, морковь., мясные изделия, масло слив. 72,5%, сахар, соль йодир., том.паста, кислота лим.)	150/25	58,00	12,75	9,95	27,06	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	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	716	114,91	23,73	25,86	100,57	735,88
	Всего:	1266	196,97	42,47	45,44	181,16	1261,64

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Дебятая-Дебятая АА

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

Меню на "16" января 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

Согласовано
 ГБОУ СОШ № 7 им. Т.Г. Шевченко
 Директор С.А.Кустова

5 день цикла: меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
67	Винегрет овощной с зел.горошком	70	15,00	0,87	6,1	5,59	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репчатый, томатн.паста, масло растит., йодирован.соль)	50/40	57,00	13,87	7,83	23,60	166,34
310	Картофель отварной с растительным маслом, зеленью (картофель, масло растит., соль йодир., зелень)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
378	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	220/15	12,00	1,55	1,63	17,35	90,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	6,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	Итого:	595	110,00	19,41	19,33	95,10	557,93
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	70	15,00	0,69	6,05	12,16	72,45
96	Рассольник "Ленинградский" на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа перловая, огурцы.консервир., морк., лук репч., мясо кур, укроп зелень, йодир. Соль)	250/15/10/1	40,00	8,06	10,24	27,81	275,18
321	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	66,00	12,72	10,89	28,42	281,18
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	205/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/30	6,50	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	831	137,50	24,46	27,59	102,34	780,76
	Всего:	1426	247,50	43,87	46,92	197,44	1338,69

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством С.А.Кустова



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

Меню на "16 " января 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов



Согласовано

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						
67	Винегрет овощной с зел.горошком	60	12,00	0,87	6,1	5,59	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины,лук репчатый,томатн.паста,масло растит.,йодирован.соль)	35/55	36,00	10,44	5,83	19,90	151,45
312	Картофельное пюре (картофель,молоко 2,5%,слив.масло 72%,йодир.соль)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
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	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	550	82,06	18,74	19,58	80,59	525,76
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
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
321	Капуста тушеная с мясными изделиями (капуста б/к,лук репчатый,морковь.,мясные изделия,масло слив. 72,5%,сахар,соль йодир.,том.паста,кислота лим.)	150/25	58,00	12,75	9,95	27,06	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	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	716	114,91	23,73	25,86	100,57	735,88
	Всего:	1266	196,97	42,47	45,44	181,16	1261,64

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Дебисмаев Д.Р.

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

Меню на "16" января 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

Согласовано
 ГБОУ СО(О)Ш № 7 имени Героя Советского
 Округа Жигулевск
 Директор С.А. Кустова

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						
67	Винегрет овощной с зел.горошком	70	15,00	0,87	6,1	5,59	54,36
251	Свинина тушеная с томатом и луком (мякоть свинины, лук репчатый, томатн.паста, масло растит., йодирован. соль)	50/40	57,00	13,87	7,83	23,60	166,34
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	20,00	3,28	5,60	22,06	152,24
378	Чай с молоком с сахаром (чай черный, молоко, сахар)	220/15	12,00	1,55	1,63	17,35	90,61
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	6,00	3,75	0,61	22,42	110,4
	Итого:	595	110,00	19,41	19,33	95,10	557,93
	Обед						
62	Салат из моркови с чесноком	70	15,00	0,69	6,05	12,16	72,45
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
321	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	66,00	12,72	10,89	28,42	281,18
377	Чай фруктовый с сахаром (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	205/15	10,00	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/30	6,50	4,26	0,75	28,35	137,37
	Итого:	831	137,50	25,86	27,95	111,94	828,18
	Всего:	1426	247,50	45,27	47,28	207,04	1386,11

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством С.А. Кустова / С.А. Кустова