



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



Согласовано
 ГБОУ С(О)ОШ № 7
 Директор

Меню на "19" марта 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

9 день цикла, меню (аллергия на куриный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
298/331	Мясные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо свинины, сметана 15%, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	50/40	44,00	8,18	10,13	19,33	176,03
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	165	20,00	7,45	8,48	29,99	192,53
ПР	Витаминный напиток «Витошка»	210	14,00	0,00	0,00	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	500	82,06	18,23	19,03	80,01	505,66
Обед							
93	Щи по-уральски на мясном бульоне, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо свинины, сметана 15%, масло растит., зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	30,00	6,28	9,30	27,79	216,98
ПР/331	Тфтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/30	50,00	9,05	11,71	12,95	222,00
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.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	721	114,91	24,44	26,44	100,55	762,05
	Всего:	1221	196,97	42,67	45,47	180,56	1267,71

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Редькина А.А.



ООО «Школьное питание г. Жигулевск»

Директор С.А. Кустова



ГБОУ СО(О)Ш № 7

Директор

Меню на "19" марта 2026 г
для обучающихся 5 — 11 классов

9 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							
298/331	Мясные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо свинины, сметана 15%, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	50/45	46,00	8,92	10,79	20,38	193,33
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	180	27,00	8,41	10,71	30,27	220,48
ПР	Витаминный напиток «Витошка»	220	16,00	0,00	0,00	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	550	95,46	21,38	22,16	90,29	594,71
Обед							
93	Щи по-уральски на мясном бульоне, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо свинины, сметана 15%, масло растит., зелень, йодир. соль)	250/15/10/1	40,00	7,85	11,62	28,10	218,32
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)	65/30	50,00	9,40	10,64	12,95	222,00
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	180	27,00	5,80	5,01	31,83	216,72
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200/15	10,65	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	114,00
	Итого:	816	133,65	26,90	27,91	105,31	811,70
	Всего:	1366	229,11	48,28	50,07	195,60	1406,41

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

[Handwritten signature]



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

Меню на "19" марта 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов



Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 7
 Директор

9 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
298/540	Куриные шарики с сыром с соусом красным основным (мясо цыплят, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	50/40	44,00	8,18	10,13	19,33	176,03
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох луццены, растит. масло, йодир. Соль)	165	20,00	7,45	8,48	29,99	192,53
ПР	Витаминный напиток «Витошка»	210	14,00	0,00	0,00	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	500	82,06	18,23	19,03	80,01	505,66
Обед							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, с зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., масло растит., зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	30,00	6,28	9,30	27,79	216,98
293/540	Цыплята жареные порциями с соусом красным основным (цыплята порц., мука пшенич., йодир.соль)	60/30	50,00	9,40	10,64	12,95	222,00
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен.муки, растит.масло, 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.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	721	114,91	24,44	25,37	100,55	762,05
	Всего:	1221	196,97	42,67	44,40	180,56	1267,71

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Редькина А.А.



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

Меню на "19" марта 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

Согласовано
 ГБОУ С(О)ОШ № 7
 Директор



9 день цикл меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
298/540	Куриные шарики с сыром с соусом красным основным (мясо цыплят, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	50/45	46,00	8,92	10,79	20,38	193,33
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, растит. масло, йодир. Соль)	180	27,00	8,41	10,71	30,27	220,48
ПР	Витаминный напиток «Витошка»	220	16,00	0,00	0,00	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	550	95,46	21,38	22,16	90,29	594,71
Обед							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, с зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., масло растит., зелень, йодир.соль)	250/15/10/1	40,00	7,85	11,62	28,10	218,32
293/540	Цыплята жареные порциями с соусом красным основным (цыплята порц., мука пшенич., йодир.соль)	60/30	50,00	9,40	10,64	12,95	222,00
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, растит.масло, йодир.соль)	180	27,00	5,80	5,01	31,83	216,72
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	220	10,65	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	114,00
	Итого:	816	133,65	26,90	27,91	105,31	811,70
	Всего:	1366	229,11	48,28	50,07	195,60	1406,41

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.А.Кустова / *Мещерякова Н.А.*



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



Согласовано
 ГБОУ С(О)ОШ № 7
 Директор

Меню на "19" марта 2026 г
 для обучающихся 1 — 4 классов

9 день цикл меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
298/331	Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 155, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	50/40	44,00	8,18	10,13	19,33	176,03
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	165	20,00	7,45	8,48	29,99	192,53
ПР	Витаминный напиток «Витошка»	210	14,00	0,00	0,00	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
	Итого:	500	82,06	18,23	19,03	80,01	505,66
Обед							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир.соль)	200/15/10/1	30,00	6,28	9,30	27,79	216,98
293/540	Цыплята жареные порциями с соусом красным основным (цыплята порц., мука пшенич., йодир.соль)	60/30	50,00	9,40	10,64	12,95	222,00
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.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	721	114,91	24,44	25,37	100,55	762,05
	Всего:	1221	196,97	42,67	44,40	180,56	1267,71

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Редьмаев - Редьмаев АН



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



Меню на "19" марта 2026 г
 для обучающихся 5 — 11 классов

9 день цикл. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав *			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
298/331	Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 155, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	50/45	46,00	8,92	10,79	20,38	193,33
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	180	27,00	8,41	10,71	30,27	220,48
ПР	Витаминный напиток «Витошка»	220	16,00	0,00	0,00	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/25	6,46	4,05	0,66	24,64	120,9
	Итого:	550	95,46	21,38	22,16	90,29	594,71
Обед							
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, со сметаной и зеленью (б/к капуста, карт., томат.пюре, морк., лук репч., крупа пшено, мясо кур., сметана 15%, масло растит., зелень, йодир.соль)	250/15/10/1	40,00	7,85	11,62	28,10	218,32
293/540	Цыплята жареные порциями с соусом красным основным (цыплята порц., мука пшенич., йодир.соль)	60/30	50,00	9,40	10,64	12,95	222,00
309	Макаронные изделия отварные (макарони из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	180	27,00	5,80	5,01	31,83	216,72
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	220	10,65	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	114,00
	Итого:	816	133,65	26,90	27,91	105,31	811,70
	Всего:	1366	229,11	48,28	50,07	195,60	1406,41

Продукты не содержат ГМО

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