



Утверждено
ООО «Школьное питание г.о. Жигулевск»

Директор С.А. Кустова



Согласовано
ГБОУ СО(О)УШ № 1

Директор

Меню на "22 " января 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)	40/50	46,00	8,18	10,13	19,33	176,03
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох душистый, 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	84,06	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	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	9,05	11,71	12,95	111,95
309	Макаронные изделия отварные (макароны 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	652,00
	Всего:	1221	198,97	42,67	45,47	180,56	1157,66

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Дебеляев Г. Дебеляев А.А.



Меню на "22 " января 2026 г
для обучающихся 5 — 11 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)	50/50	46,00	10,92	13,79	17,38	193,33
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	180	27,00	10,41	7,71	27,27	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.)	30/20	5,00	4,3	0,7	22,55	114
	Итого:	550	94,00	25,63	22,20	82,20	587,81
	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	29,87	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)	65/40	54,00	9,05	11,71	12,10	222,00
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшени. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	180	27,00	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.)	30/30	6,50	4,26	0,75	28,35	137,37
	Итого:	831	137,50	27,06	29,12	117,38	835,07
	Всего:	1381	231,50	52,69	51,32	199,58	1422,88

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



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

9 день цикл, меню (молочный белок)

Меню на "22" января 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов



№ 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)	40/50	44,00	8,18	10,13	19,33	176,03
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, 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	28,19	216,98
293/540	Цыплята жаренные 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)	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	100,95	762,05
	Всего:	1221	196,97	42,67	44,40	180,96	1267,71

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством Девсмаев А.А.



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

9 день шкл. меню (молочный белок)

Меню на "22 " января 2026 г
для обучающихся 5 — 11 классов



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

№ 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)	60/40	62,00	7,92	10,79	17,38	193,33
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, растит. масло, йодир. Соль)	180	27,00	10,41	7,71	27,27	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.)	30/20	5,00	2,6	0,42	15,69	110,4
	Итого:	550	110,00	25,90	24,21	81,34	604,01
	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	29,87	218,32
293/540	Цыплята жареные порциями с соусом красным ОСНОВНЫМ (цыплята порц., мука пшенич., йодир.соль)	60/40	54,00	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	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.)	30/30	6,50	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	831	137,50	26,01	27,69	108,63	787,65
	Всего:	1381	247,50	51,91	51,90	189,97	1391,66

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.А.Кустова / С.А.Кустова



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

Меню на "22 " января 2026 г
для обучающихся 1 — 4 классов



Согласовано
ГБОУ СОУШ № 7
Директор

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 15%, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	40/50	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	28,19	216,98
293/330	Цыплята жареные порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	60/30	50,00	9,40	10,64	12,95	222,00
309	Макаронные изделия отварные (макарониз 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	100,95	762,05
	Всего:	1221	196,97	42,67	44,40	180,96	1267,71

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Резцова Н.А.



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

Меню на "22 " января 2026 г
для обучающихся 5 — 11 классов



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

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 15%, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	60/40	62,00	7,92	10,79	17,38	193,33
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	180	27,00	10,41	7,71	27,27	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.)	30/20	5,00	2,6	0,42	15,69	110,4
	Итого:	550	110,00	25,90	24,21	81,34	604,01
	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	29,87	218,32
293/330	Цыплята жареные порциями с соусом сметанным (цыплята порц., сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	60/40	54,00	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	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.)	30/30	6,50	4,26	0,75	28,35	137,37
	Итого:	831	137,50	27,41	28,05	118,23	835,07
	Всего:	1381	247,50	53,31	52,26	199,57	1439,08

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

С.А.Кустова 1 Михайлова Н.А.