



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

Меню на "18 "декабря 2025г
Возрастная категория с 7 до 11 лет

ГБОУ С (ОУ) № 13



4 день диет. меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено, молоко, яблоки свежие, масло сливочное 72%, сахар, соль йодир.)	185/10	35,68	10,73	11,22	35,78	256,36
ПР/ПР	Блинчики французские со сгущенным молоком (мука пшен., сахар, мол. сыворотка, растит. масло, меланж, сгущ. молоко, соль йодир., лим. кислота, разрыхлитель)	70/15	33,00	7,90	6,81	29,60	161,12
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодн. рябина)	205/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
	Итого:	500	78,68	18,73	18,06	80,38	478,09
	Обед						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел. горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200/15/1	30,00	8,24	4,95	28,3	233,95
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным	60/30	34,00	8,37	12,86	9,95	189,44
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
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	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
	Итого:	721	110,17	24,36	25,52	100,84	760,05
	Всего:	1221	188,85	43,09	43,58	181,22	1238,14

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.В. Магичевский

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

Согласовано
 ГБОУ С (О)ОШ № 158
 Директор _____

Меню на " 18 "декабря 2025г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

4 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
305	Каша «Янтарная» с яблоками (пшено, яблоки свежие, масло растительное, сахар, соль йодир.)	180/10	35,68	11,73	12,22	35,78	256,36
ПР	Блинчики французские с маслом растительным (мука пшен, сахар, мол. сыворотка, растит. масло, меланж, соль йодир., лим. кислота, разрыхлитель)	70/5	33,00	14,90	18,00	29,60	246,00
377	Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодн. рябина)	200/15	10,00	0,10	0,03	15,00	60,61
	Итого:	500	78,68	26,73	30,25	80,38	562,97
	Обед						
55	Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и зел. горошком	60	12,00	0,86	3,66	4,01	50,87
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень. йод. соль)	200/15/1	30,00	8,24	4,95	28,3	233,95
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным	60/30	34,00	8,37	12,86	9,95	189,44
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. Масло, йодир. соль)	150	20,00	3,55	6,68	29,82	155,18
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	4,17	2,86	0,39	18,75	89,95
•	Итого:	721	110,17	25,86	28,62	99,52	727,99
	Всего:	1221	188,85	52,59	58,87	179,90	1 290,96

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

А.В. Мухоморова