



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

Меню на "14 " ноября 2025г  
Возрастная категория с 7 до 11 лет

Согласовано  
ГБОУ СОУОШ №1  
Директор

10 день цикла меню(аллергия на рыбу)

|         | Наименование блюда                                                                                                                | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|
|         |                                                                                                                                   |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал       |
|         | <b>Завтрак</b>                                                                                                                    |             |               |                   |              |               |                |
| 67      | Винегрет овощной с зеленым горошком                                                                                               | 60          | 12,00         | 0,87              | 6,1          | 5,59          | 54,36          |
| 258     | Мясо духовое (свинина мякоть, раст.масло,картофель,морковь,лук репчатый, мука пшеничная,соль йодир.)                              | 40/160      | 53,00         | 15,20             | 12,95        | 48,06         | 276,18         |
| 377     | Чай с лимоном с сахаром (чай черный,сахар,лимон св.)                                                                              | 200/15      | 10,00         | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 62,99          |
| ПР      | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                    | 20/15       | 3,68          | 2,60              | 0,42         | 15,69         | 77,10          |
|         | <b>Итого:</b>                                                                                                                     | <b>510</b>  | <b>78,68</b>  | <b>18,83</b>      | <b>19,50</b> | <b>79,56</b>  | <b>470,63</b>  |
|         | <b>Обед</b>                                                                                                                       |             |               |                   |              |               |                |
| 110/392 | Суп картофельный с пельменями(картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп эссенц,пельмени)                           | 200/1       | 30,00         | 5,78              | 4,10         | 17,64         | 144,60         |
| 298/331 | Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят,сметана 155,томат пюре,сыр,соль йод.,масло раст.,хлеб пшеничный) | 40/50       | 46,00         | 8,08              | 11,18        | 14,33         | 196,03         |
| 199     | Пюре гороховое со сливочным маслом                                                                                                | 155         | 20,00         | 8,90              | 7,91         | 34,40         | 227,18         |
| 377     | Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина)(чай черный, сахар, черноплodн.рябина)                                               | 200/15      | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 15,00         | 60,61          |
| ПР      | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                                    | 25/15       | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95          |
|         | <b>Итого:</b>                                                                                                                     | <b>701</b>  | <b>110,17</b> | <b>25,72</b>      | <b>23,61</b> | <b>100,12</b> | <b>718,37</b>  |
|         | <b>Всего:</b>                                                                                                                     | <b>1211</b> | <b>188,85</b> | <b>44,55</b>      | <b>43,11</b> | <b>179,68</b> | <b>1189,00</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М.В. Мухоморова



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

Меню на " 14 " ноября 2025 г.  
Возрастная категория с 7 до 11 лет



10 день цикл. меню (молочный белок)

| № рецептуры | Наименование блюда                                                                                                      | Выход, г    | Цена, руб     | Химический состав |              |               |                 |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------|
|             |                                                                                                                         |             |               | белки, г          | жиры, г      | углеводы, г   | ЭЦ, ккал        |
|             | <b>Завтрак</b>                                                                                                          |             |               |                   |              |               |                 |
| 67          | Винегрет овощной с зеленым горошком                                                                                     | 60          | 12,00         | 0,87              | 6,1          | 5,59          | 54,36           |
| 258         | Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)               | 40/160      | 53,00         | 14,75             | 15,95        | 48,06         | 276,18          |
| 377         | Чай с лимоном с сахаром (чай черный, сахар, лимон св.)                                                                  | 200/15      | 10,00         | 0,16              | 0,03         | 10,22         | 62,99           |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                          | 20/15       | 3,68          | 2,60              | 0,42         | 15,69         | 77,10           |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                           | <b>550</b>  | <b>78,68</b>  | <b>19,40</b>      | <b>21,86</b> | <b>80,33</b>  | <b>538,02</b>   |
|             | <b>Обед</b>                                                                                                             |             |               |                   |              |               |                 |
| 110/392     | Суп картофельный с пельменями (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, пельмени)               | 200/1       | 30,00         | 5,78              | 4,10         | 17,64         | 144,60          |
| 298/540     | Куриные шарики с сыром с соусом красным основным (мясо цыплят, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный) | 40/50       | 46,00         | 8,08              | 11,18        | 19,33         | 196,03          |
| 199         | Пюре гороховое с растительным маслом                                                                                    | 155         | 20,00         | 8,90              | 7,91         | 34,40         | 227,18          |
| 377         | Чай фруктовый с сахаром (черноплодная рябина) (чай черный, сахар, черноплодн. рябина)                                   | 200/15      | 10,00         | 0,10              | 0,03         | 15,00         | 60,61           |
| ПР          | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)                                          | 25/15       | 4,17          | 2,86              | 0,39         | 18,75         | 89,95           |
|             | <b>Итого:</b>                                                                                                           | <b>701</b>  | <b>110,17</b> | <b>25,72</b>      | <b>23,61</b> | <b>105,12</b> | <b>718,37</b>   |
|             | <b>Всего:</b>                                                                                                           | <b>1251</b> | <b>188,85</b> | <b>45,12</b>      | <b>45,47</b> | <b>185,45</b> | <b>1 256,39</b> |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*А.В. Магурская*