



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



Меню на "12" января 2026 г  
для обучающихся 1 — 4 классов

1 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>							
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца)	60	12,00	0,98	3,66	10,84	58,59
ПР/540	Тефтели из индейки с соусом красным основным (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. Пюре, мука пшенич., йодир.соль)	65/25	36,00	8,68	8,27	14,64	111,81
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	32,05	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.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>82,06</b>	<b>18,16</b>	<b>17,39</b>	<b>83,23</b>	<b>480,62</b>
<b>Обед</b>							
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью(б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, йодир. соль, лавр.лист)	200/15/10/1	30,00	6,80	9,58	15,57	174,67
265	Плов из свинины(свинина мякоть, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	40/170	56,00	13,58	11,89	41,49	364,75
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	19,96	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
<b>Итого:</b>		<b>736</b>	<b>114,91</b>	<b>24,08</b>	<b>25,56</b>	<b>100,15</b>	<b>761,86</b>
<b>Всего:</b>		<b>1286</b>	<b>196,97</b>	<b>42,24</b>	<b>42,95</b>	<b>183,38</b>	<b>1242,48</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М

Лапинская



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



Меню на "12" января 2026 г  
для обучающихся 1 — 4 классов

1 день, цикл, меню(аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
49	Салат Витаминный 2 вариант (без болг.перца)	60	12,00	0,98	3,66	10,84	58,59
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшеничн., йодир.соль)	65/25	36,00	8,68	8,27	14,64	111,81
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшнс.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	20,00	5,80	5,01	32,05	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.)	20/15	4,06	2,60	0,42	15,69	77,10
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>82,06</b>	<b>18,16</b>	<b>17,39</b>	<b>83,23</b>	<b>480,62</b>
<b>Обед</b>							
62	Салат из моркови с чесноком	60	12,00	0,69	6,05	12,16	72,45
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зеленью(б/к капуста, картофель, лук репч.,морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	200/15/10/1	30,00	6,80	9,58	15,57	174,67
265	Плов из СВИНИНЫ(свинина мякоть, крупа рис., лук репч.морковь, томат., раст. масло, йодир. соль)	40/170	56,00	13,58	11,89	41,49	364,75
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника суш., сахар, лимон. кисл.)	200	12,00	0,00	0,00	19,96	79,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/15	4,91	2,86	0,39	18,75	89,95
<b>Итого:</b>		<b>736</b>	<b>114,91</b>	<b>24,08</b>	<b>25,56</b>	<b>100,15</b>	<b>761,86</b>
<b>Всего:</b>		<b>1286</b>	<b>196,97</b>	<b>42,24</b>	<b>42,95</b>	<b>183,38</b>	<b>1242,48</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*ак* *Агаджевая Г.А.*